

Jadłospisy z 9. tygodnia, tj. od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	
2024-02-26 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) 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 Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Banan 150 g	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) 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 Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Banan 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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 80 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Banan 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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 Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) 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>) Marchew gotowana z olejem* 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bulka 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 50 g (<u>SOJ, MLE, GLU OW.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Banan 150 g	Bulka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Serek Fromage 60 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Banan 150 g	Chleb bezglutenowy 100 g 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 Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Banan 150 g	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) 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 Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml 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 * () 400 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
PD	Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (<u>MLE.</u>)		Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</u>)			Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 25 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</u>)	Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (<u>MLE.</u>)			

Jadłospisy z 9. tygodnia, tj. od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	
2024-02-26 poniedziałek	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 80 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	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 z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 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 Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 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.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	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
	PN	Mus jabłkowo-morelowy 200g 1 szt					Mus jabłkowo-morelowy 200g 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2156.67 kcal; Białko ogółem: 72.08 g; Tłuszcz: 49.12 g; Kw. tł. nasy.: 24.55 g; Węglowodany ogółem: 375.50 g; W tym cukry: 121.69 g; Błonnik pok.: 32.03 g; Sól: 5.76 g; WW: 34.44 Por; : 13.37 %; : 63.70 %; Ener. z T: 20.50 %; Ener. z Bł.: 2.97 %; K: 3264.85 mg;	Wartość energetyczna: 2067.54 kcal; Białko ogółem: 64.99 g; Tłuszcz: 42.69 g; Kw. tł. nasy.: 22.51 g; Węglowodany ogółem: 372.96 g; W tym cukry: 119.18 g; Błonnik pok.: 26.40 g; Sól: 5.26 g; WW: 34.77 Por; : 12.57 %; : 67.05 %; Ener. z T: 18.59 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 3323.70 mg;	Wartość energetyczna: 2671.47 kcal; Białko ogółem: 97.37 g; Tłuszcz: 73.53 g; Kw. tł. nasy.: 40.89 g; Węglowodany ogółem: 427.48 g; W tym cukry: 116.65 g; Błonnik pok.: 35.60 g; Sól: 8.51 g; WW: 39.30 Por; : 14.58 %; : 58.68 %; Ener. z T: 24.77 %; Ener. z Bł.: 2.67 %; K: 3981.59 mg;	Wartość energetyczna: 1854.13 kcal; Białko ogółem: 78.58 g; Tłuszcz: 63.97 g; Kw. tł. nasy.: 22.34 g; Węglowodany ogółem: 261.20 g; W tym cukry: 72.39 g; Błonnik pok.: 37.51 g; Sól: 6.17 g; WW: 22.42 Por; : 16.95 %; : 48.26 %; Ener. z T: 31.05 %; Ener. z Bł.: 4.05 %; K: 3835.35 mg;	Wartość energetyczna: 2211.10 kcal; Białko ogółem: 76.21 g; Tłuszcz: 52.92 g; Kw. tł. nasy.: 27.14 g; Węglowodany ogółem: 369.04 g; W tym cukry: 92.62 g; Błonnik pok.: 20.85 g; Sól: 5.66 g; WW: 34.97 Por; : 13.79 %; : 62.99 %; Ener. z T: 21.54 %; Ener. z Bł.: 1.89 %; K: 2825.89 mg;	Wartość energetyczna: 2091.10 kcal; Białko ogółem: 68.51 g; Tłuszcz: 43.93 g; Kw. tł. nasy.: 24.86 g; Węglowodany ogółem: 367.40 g; W tym cukry: 125.89 g; Błonnik pok.: 21.24 g; Sól: 4.27 g; WW: 34.76 Por; : 13.10 %; : 66.22 %; Ener. z T: 18.91 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 3384.57 mg;	Wartość energetyczna: 2005.50 kcal; Białko ogółem: 76.09 g; Tłuszcz: 50.13 g; Kw. tł. nasy.: 22.13 g; Węglowodany ogółem: 326.09 g; W tym cukry: 94.62 g; Błonnik pok.: 20.39 g; Sól: 5.82 g; WW: 30.68 Por; : 15.18 %; : 60.97 %; Ener. z T: 22.50 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 3325.33 mg;	Wartość energetyczna: 2304.55 kcal; Białko ogółem: 66.01 g; Tłuszcz: 62.79 g; Kw. tł. nasy.: 39.32 g; Węglowodany ogółem: 382.04 g; W tym cukry: 127.79 g; Błonnik pok.: 26.40 g; Sól: 3.62 g; WW: 35.72 Por; : 11.46 %; : 61.73 %; Ener. z T: 24.52 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 3574.67 mg;	Wartość energetyczna: 2066.16 kcal; Białko ogółem: 51.06 g; Tłuszcz: 49.25 g; Kw. tł. nasy.: 21.97 g; Węglowodany ogółem: 364.92 g; W tym cukry: 116.61 g; Błonnik pok.: 18.27 g; Sól: 3.32 g; WW: 34.75 Por; : 9.88 %; : 67.11 %; Ener. z T: 21.45 %; Ener. z Bł.: 1.77 %; K: 2989.60 mg;	Wartość energetyczna: 2007.70 kcal; Białko ogółem: 64.93 g; Tłuszcz: 36.09 g; Kw. tł. nasy.: 18.13 g; Węglowodany ogółem: 372.90 g; W tym cukry: 119.13 g; Błonnik pok.: 26.40 g; Sól: 5.26 g; WW: 34.76 Por; : 12.94 %; : 69.03 %; Ener. z T: 16.18 %; Ener. z Bł.: 2.63 %; K: 3321.70 mg;

Jadłospisy z 9. tygodnia, tj. od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa
Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) 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,) Schab Ojca Grzegorza-wędliina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 80 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Papryka konserwowa 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Bulka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Schab Ojca Grzegorza-wędliina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 80 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bulka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Schab Ojca Grzegorza-wędliina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Ser żółty 30 g (MLE,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Schab Ojca Grzegorza-wędliina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 80 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Papryka konserwowa 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Bulka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Schab Ojca Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL,) Schab Ojca Grzegorza-wędliina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Bulka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Schab Ojca Grzegorza-wędliina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Szyńska Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 50 g (SOJ,) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Bulka 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 60 g (MLE,) Papryka konserwowa 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Makaron bezglutenowy na mleku 300 ml (MLE,) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE,) Schab Ojca Grzegorza-wędliina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 80 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Bulka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Schab Ojca Grzegorza-wędliina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 80 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
	II ŚN	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Ser żółty 30 g (MLE,)								
Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej (*) 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 120 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 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* 150 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 * (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
	PD	Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE,)				Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE,)		Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt		

Jadłospisy z 9. tygodnia, tj. od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	
2024-02-27 wtorek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z makreli wędzonej z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 60 g (<u>RYB, SEL.</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 60 g (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z makreli wędzonej z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Pasta warzywna* 80 g (<u>SEL.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	
	PN	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt				Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt					
2024-02-28 środa	Śniadanie	Wartość energetyczna: 2518.27 kcal; Białko ogółem: 121.01 g; Tłuszcz: 84.53 g; Kw. tł. nasy.: 34.72 g; Węglowodany ogółem: 331.68 g; W tym cukry: 85.80 g; Błonnik pok.: 31.22 g; Sól: 10.57 g; WW: 30.12 Por; : 19.22 %; : 47.72 %; Ener. z T: 30.21 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 3409.56 mg;	Wartość energetyczna: 2399.04 kcal; Białko ogółem: 116.23 g; Tłuszcz: 64.89 g; Kw. tł. nasy.: 28.40 g; Węglowodany ogółem: 349.72 g; W tym cukry: 89.68 g; Błonnik pok.: 28.33 g; Sól: 7.13 g; WW: 32.38 Por; : 19.38 %; : 53.59 %; Ener. z T: 24.34 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 3320.63 mg;	Wartość energetyczna: 2877.95 kcal; Białko ogółem: 148.25 g; Tłuszcz: 86.02 g; Kw. tł. nasy.: 41.46 g; Węglowodany ogółem: 393.45 g; W tym cukry: 93.63 g; Błonnik pok.: 35.66 g; Sól: 7.94 g; WW: 36.03 Por; : 20.61 %; : 49.73 %; Ener. z T: 26.90 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 3834.70 mg;	Wartość energetyczna: 2081.31 kcal; Białko ogółem: 112.27 g; Tłuszcz: 75.10 g; Kw. tł. nasy.: 33.79 g; Węglowodany ogółem: 255.41 g; W tym cukry: 48.65 g; Błonnik pok.: 35.41 g; Sól: 9.08 g; WW: 22.05 Por; : 21.58 %; : 42.28 %; Ener. z T: 26.33 %; Ener. z Bł.: 3.40 %; K: 3175.24 mg;	Wartość energetyczna: 2330.23 kcal; Białko ogółem: 96.00 g; Tłuszcz: 68.18 g; Kw. tł. nasy.: 26.96 g; Węglowodany ogółem: 346.51 g; W tym cukry: 71.50 g; Błonnik pok.: 27.31 g; Sól: 5.59 g; WW: 32.03 Por; : 16.48 %; : 54.79 %; Ener. z T: 26.33 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 3287.03 mg;	Wartość energetyczna: 2422.52 kcal; Białko ogółem: 109.34 g; Tłuszcz: 63.27 g; Kw. tł. nasy.: 27.99 g; Węglowodany ogółem: 361.59 g; W tym cukry: 116.08 g; Błonnik pok.: 26.47 g; Sól: 6.16 g; WW: 33.74 Por; : 18.05 %; : 55.33 %; Ener. z T: 21.32 %; Ener. z Bł.: 2.19 %; K: 3170.13 mg;	Wartość energetyczna: 2085.72 kcal; Białko ogółem: 72.86 g; Tłuszcz: 49.41 g; Kw. tł. nasy.: 19.88 g; Węglowodany ogółem: 344.64 g; W tym cukry: 123.87 g; Błonnik pok.: 26.63 g; Sól: 5.67 g; WW: 32.05 Por; : 13.97 %; : 60.99 %; Ener. z T: 21.32 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 2830.18 mg;	Wartość energetyczna: 2372.06 kcal; Białko ogółem: 94.87 g; Tłuszcz: 56.89 g; Kw. tł. nasy.: 29.53 g; Węglowodany ogółem: 382.54 g; W tym cukry: 89.51 g; Błonnik pok.: 29.19 g; Sól: 7.52 g; WW: 35.51 Por; : 16.00 %; : 59.58 %; Ener. z T: 27.44 %; Ener. z Bł.: 1.51 %; K: 2682.78 mg;	Wartość energetyczna: 2313.48 kcal; Białko ogółem: 72.86 g; Tłuszcz: 70.54 g; Kw. tł. nasy.: 27.62 g; Węglowodany ogółem: 327.06 g; W tym cukry: 88.51 g; Błonnik pok.: 17.52 g; Sól: 4.75 g; WW: 31.18 Por; : 16.74 %; : 53.52 %; Ener. z T: 27.44 %; Ener. z Bł.: 1.51 %; K: 2682.78 mg;	Wartość energetyczna: 2339.20 kcal; Białko ogółem: 116.17 g; Tłuszcz: 58.29 g; Kw. tł. nasy.: 24.02 g; Węglowodany ogółem: 349.66 g; W tym cukry: 89.63 g; Błonnik pok.: 28.33 g; Sól: 7.13 g; WW: 32.37 Por; : 19.87 %; : 54.95 %; Ener. z T: 22.43 %; Ener. z Bł.: 2.42 %; K: 3318.63 mg;
		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Banan 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Banan 1 szt. 1 szt Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Banan 1 szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryz na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Banan 1 szt. 1 szt Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Banan 1 szt. 1 szt Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszeniczny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Banan 1 szt. 1 szt Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Banan 1 szt. 1 szt Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Banan 1 szt. 1 szt Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml

Jadłospisy z 9. tygodnia, tj. od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa
II ŚN				Kiwi 1 szt 1 szt						
Obiad	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos bazyliowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos bazyliowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Dynia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos bazyliowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Dynia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 100 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos bazyliowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos bazyliowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Dynia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos bazyliowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Dynia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Pierogi z truskawkami * 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos jogurtowy naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos bazyliowy (bez glutenu)* 50 ml (<u>SEL.</u>) Dynia z wody 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos bazyliowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Dynia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
PD	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>)	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Serek homo owocowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Banan 150 g	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</u>) Rzodkiew biała 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</u>) Rzodkiew biała 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</u>) Rzodkiew biała 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Ryz z mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Rzodkiew biała 100 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 80 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 80 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)			Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (<u>SOJ.</u>)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)		

Jadłospisy z 9. tygodnia, tj. od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa
2024-02-28 środa	Wartość energetyczna: 2233.45 kcal; Białko ogółem: 104.00 g; Tłuszcz: 72.72 g; Kw. tł. nasy.: 32.84 g; Węglowodany ogółem: 304.81 g; W tym cukry: 87.79 g; Błonnik pok.: 29.20 g; Sól: 7.44 g; WW: 27.85 Por.; 18.63 %; 49.36 %; Ener. z T: 29.31 %; Ener. z Bł.: 2.62 %; K: 4218.91 mg;	Wartość energetyczna: 2425.63 kcal; Białko ogółem: 108.11 g; Tłuszcz: 76.35 g; Kw. tł. nasy.: 33.26 g; Węglowodany ogółem: 335.49 g; W tym cukry: 103.83 g; Błonnik pok.: 26.97 g; Sól: 6.84 g; WW: 30.95 Por.; 17.83 %; 50.88 %; Ener. z T: 28.33 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 4644.18 mg;	Wartość energetyczna: 2669.44 kcal; Białko ogółem: 120.66 g; Tłuszcz: 89.71 g; Kw. tł. nasy.: 43.19 g; Węglowodany ogółem: 358.05 g; W tym cukry: 105.02 g; Błonnik pok.: 34.23 g; Sól: 8.78 g; WW: 32.41 Por.; 18.08 %; 48.52 %; Ener. z T: 30.25 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 5075.33 mg;	Wartość energetyczna: 1523.36 kcal; Białko ogółem: 82.48 g; Tłuszcz: 51.98 g; Kw. tł. nasy.: 21.10 g; Węglowodany ogółem: 194.81 g; W tym cukry: 23.14 g; Błonnik pok.: 31.19 g; Sól: 6.75 g; WW: 16.57 Por.; 21.66 %; 42.96 %; Ener. z T: 30.71 %; Ener. z Bł.: 4.09 %; K: 2968.83 mg;	Wartość energetyczna: 2337.50 kcal; Białko ogółem: 89.54 g; Tłuszcz: 64.15 g; Kw. tł. nasy.: 43.86 g; Węglowodany ogółem: 358.44 g; W tym cukry: 113.68 g; Błonnik pok.: 16.97 g; Sól: 5.93 g; WW: 34.21 Por.; 15.32 %; 58.43 %; Ener. z T: 24.70 %; Ener. z Bł.: 1.45 %; K: 3460.01 mg;	Wartość energetyczna: 2412.86 kcal; Białko ogółem: 105.27 g; Tłuszcz: 69.60 g; Kw. tł. nasy.: 32.75 g; Węglowodany ogółem: 349.34 g; W tym cukry: 102.99 g; Błonnik pok.: 21.81 g; Sól: 5.81 g; WW: 32.85 Por.; 17.45 %; 54.30 %; Ener. z T: 25.96 %; Ener. z Bł.: 1.81 %; K: 4493.68 mg;	Wartość energetyczna: 1909.68 kcal; Białko ogółem: 78.94 g; Tłuszcz: 50.87 g; Kw. tł. nasy.: 22.77 g; Węglowodany ogółem: 292.31 g; W tym cukry: 78.80 g; Błonnik pok.: 22.50 g; Sól: 7.07 g; WW: 27.02 Por.; 16.54 %; 56.51 %; Ener. z T: 23.98 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 3973.05 mg;	Wartość energetyczna: 2452.78 kcal; Białko ogółem: 102.27 g; Tłuszcz: 83.07 g; Kw. tł. nasy.: 44.08 g; Węglowodany ogółem: 332.41 g; W tym cukry: 107.83 g; Błonnik pok.: 24.03 g; Sól: 5.24 g; WW: 30.93 Por.; 16.68 %; 50.29 %; Ener. z T: 30.48 %; Ener. z Bł.: 1.96 %; K: 2570.25 mg;	Wartość energetyczna: 2146.59 kcal; Białko ogółem: 79.55 g; Tłuszcz: 57.97 g; Kw. tł. nasy.: 22.58 g; Węglowodany ogółem: 328.38 g; W tym cukry: 115.85 g; Błonnik pok.: 16.37 g; Sól: 4.11 g; WW: 31.35 Por.; 14.82 %; 58.14 %; Ener. z T: 24.30 %; Ener. z Bł.: 1.53 %; K: 4036.82 mg;	Wartość energetyczna: 2132.21 kcal; Białko ogółem: 95.10 g; Tłuszcz: 45.57 g; Kw. tł. nasy.: 18.08 g; Węglowodany ogółem: 343.93 g; W tym cukry: 117.95 g; Błonnik pok.: 24.89 g; Sól: 5.89 g; WW: 32.05 Por.; 17.84 %; 59.85 %; Ener. z T: 19.23 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 4377.08 mg;
2024-02-29 czwartek	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE .) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT .) Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT .) Masło extra 82% 14 g (MLE .) Szynka z indykami prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 80 g (SOJ .) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT .) Masło extra 82% 5 g (MLE .) Twaróg półtłusty 30 g (MLE .)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE .) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ .) Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT .) Masło extra 82% 14 g (MLE .) Szynka z indykami prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 80 g (SOJ .) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT .) Masło extra 82% 5 g (MLE .) Twaróg półtłusty 30 g (MLE .)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE .) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ .) Chleb razowy żytnio-pszenno 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT .) Masło extra 82% 14 g (MLE .) Szynka z indykami prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 80 g (SOJ .) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE .) Chleb razowy żytnio-pszenno 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT .) Masło extra 82% 10 g (MLE .) Szynka z indykami prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 80 g (SOJ .) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE .) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ .) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT .) Masło extra 82% 14 g (MLE .) Szynka z indykami prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 60 g (SOJ .) Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (MLE .) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE .) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ .) Masło extra 82% 14 g (MLE .) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ .) Masło extra 82% 5 g (MLE .) Twaróg półtłusty 30 g (MLE .)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ .) Masło extra 82% 14 g (MLE .) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ .) Masło extra 82% 5 g (MLE .) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE .) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ .) Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT .) Masło extra 82% 14 g (MLE .) Ser topiony 60 g (MLE .) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT .) Masło extra 82% 5 g (MLE .) Twaróg półtłusty 30 g (MLE .)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE .) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE .) Szynka z indykami prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 80 g (SOJ .) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 25 g Masło extra 82% 5 g (MLE .) Twaróg półtłusty 30 g (MLE .)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE .) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ .) Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT .) Masło extra 82% 10 g (MLE .) Szynka z indykami prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 80 g (SOJ .) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 25 g Masło extra 82% 5 g (MLE .) Twaróg półtłusty 30 g (MLE .)
II ŚN				Chleb razowy żytnio-pszenno 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT .) Masło extra 82% 5 g (MLE .) Twaróg półtłusty 30 g (MLE .)						

Jadłospisy z 9. tygodnia, tj. od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Łazanki z kapustą i mięsem wp z łopatką 350 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kalafior gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 440 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kalafior gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron (pelnoziarnisty) z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kalafior gotowany* 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kalafior gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kalafior gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kalafior gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z warzywami* 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kalafior gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) (*) 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Makaron bezglutenowy z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 300 g (<u>SEL.</u>) Kalafior gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kalafior gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
PD	Gruszka 150 g	Jabłko 150 g	Koktajl bananowy 250 ml (<u>MLE.</u>)	Słupki z warzyw () 150 g		Gruszka 150 g	Jabłko 150 g	Gruszka 150 g	Jabłko 150 g	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasztet z ciecierzycy* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Ser mozzarella kulki 25 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Salata zielona 20 g Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella kulki 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasztet z ciecierzycy* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Ser mozzarella kulki 25 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Pasta warzywna* 80 g (<u>SEL.</u>)	Salata zielona 20 g Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasztet z ciecierzycy* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Ser mozzarella kulki 25 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt				Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt					
	Wartość energetyczna: 2401.37 kcal; Białko ogółem: 79.77 g; Tłuszcz: 82.82 g; Kw. tł. nasy.: 34.38 g; Węglowodany ogółem: 347.90 g; W tym cukry: 102.87 g; Błonnik pok.: 35.86 g; Sól: 7.77 g; WW: 31.23 Por.; : 13.29 %; : 51.98 %; Ener. z T: 31.04 %; Ener. z Bł.: 2.99 %; K: 3572.61 mg;	Wartość energetyczna: 2138.46 kcal; Białko ogółem: 83.03 g; Tłuszcz: 57.68 g; Kw. tł. nasy.: 25.59 g; Węglowodany ogółem: 337.86 g; W tym cukry: 89.20 g; Błonnik pok.: 30.10 g; Sól: 8.05 g; WW: 30.76 Por.; : 15.53 %; : 57.57 %; Ener. z T: 24.28 %; Ener. z Bł.: 2.82 %; K: 3726.93 mg;	Wartość energetyczna: 2900.10 kcal; Białko ogółem: 129.74 g; Tłuszcz: 98.00 g; Kw. tł. nasy.: 49.65 g; Węglowodany ogółem: 394.43 g; W tym cukry: 104.37 g; Błonnik pok.: 35.10 g; Sól: 10.02 g; WW: 35.98 Por.; : 17.89 %; : 49.56 %; Ener. z T: 30.41 %; Ener. z Bł.: 2.42 %; K: 4529.64 mg;	Wartość energetyczna: 2011.08 kcal; Białko ogółem: 83.73 g; Tłuszcz: 63.29 g; Kw. tł. nasy.: 25.99 g; Węglowodany ogółem: 290.97 g; W tym cukry: 57.54 g; Błonnik pok.: 45.43 g; Sól: 6.82 g; WW: 24.56 Por.; : 16.65 %; : 48.84 %; Ener. z T: 28.32 %; Ener. z Bł.: 4.52 %; K: 4246.26 mg;	Wartość energetyczna: 2325.19 kcal; Białko ogółem: 87.68 g; Tłuszcz: 63.82 g; Kw. tł. nasy.: 27.69 g; Węglowodany ogółem: 360.56 g; W tym cukry: 89.27 g; Błonnik pok.: 21.69 g; Sól: 7.65 g; WW: 33.93 Por.; : 15.08 %; : 58.29 %; Ener. z T: 24.70 %; Ener. z Bł.: 1.87 %; K: 3477.28 mg;	Wartość energetyczna: 2066.79 kcal; Białko ogółem: 84.91 g; Tłuszcz: 54.97 g; Kw. tł. nasy.: 24.99 g; Węglowodany ogółem: 321.15 g; W tym cukry: 89.44 g; Błonnik pok.: 23.44 g; Sól: 6.20 g; WW: 29.69 Por.; : 16.43 %; : 57.62 %; Ener. z T: 23.94 %; Ener. z Bł.: 2.27 %; K: 3510.68 mg;	Wartość energetyczna: 1929.32 kcal; Białko ogółem: 77.48 g; Tłuszcz: 50.44 g; Kw. tł. nasy.: 22.45 g; Węglowodany ogółem: 304.71 g; W tym cukry: 81.65 g; Błonnik pok.: 23.31 g; Sól: 6.43 g; WW: 28.09 Por.; : 16.06 %; : 58.34 %; Ener. z T: 23.53 %; Ener. z Bł.: 2.42 %; K: 3095.56 mg;	Wartość energetyczna: 2329.39 kcal; Białko ogółem: 76.07 g; Tłuszcz: 72.82 g; Kw. tł. nasy.: 37.29 g; Węglowodany ogółem: 356.19 g; W tym cukry: 91.98 g; Błonnik pok.: 35.97 g; Sól: 6.01 g; WW: 31.96 Por.; : 12.04 %; : 54.99 %; Ener. z T: 28.13 %; Ener. z Bł.: 3.09 %; K: 3667.00 mg;	Wartość energetyczna: 2098.93 kcal; Białko ogółem: 63.16 g; Tłuszcz: 64.78 g; Kw. tł. nasy.: 24.93 g; Węglowodany ogółem: 323.91 g; W tym cukry: 85.87 g; Błonnik pok.: 20.24 g; Sól: 5.45 g; WW: 30.30 Por.; : 12.04 %; : 57.87 %; Ener. z T: 27.78 %; Ener. z Bł.: 1.93 %; K: 3214.96 mg;	Wartość energetyczna: 2040.04 kcal; Białko ogółem: 82.98 g; Tłuszcz: 46.80 g; Kw. tł. nasy.: 20.92 g; Węglowodany ogółem: 337.80 g; W tym cukry: 89.15 g; Błonnik pok.: 30.10 g; Sól: 8.05 g; WW: 30.75 Por.; : 16.27 %; : 60.33 %; Ener. z T: 20.65 %; Ener. z Bł.: 2.95 %; K: 3724.93 mg;

Jadłospisy z 9. tygodnia, tj. od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	
2024-03-01 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 40 g (<u>MLE.</u>) Przysmak śliwkowy do smarowania 25g 1 szt Mandarynka 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 40 g (<u>MLE.</u>) Mandarynka 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Mandarynka 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Mandarynka 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g	Makaron bezglutenowy na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 40 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 40 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g
		II ŚN									
		Obiad	Kalafiorka z ryżem * 400 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g (<u>RYB.</u>) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa* 300 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 100 g Łosoś pieczony 80g 80 g (<u>RYB.</u>) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Ryba pieczona (Miruna) 70 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kalafiorka z ryżem * 400 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Kotlety sojowe 70 g (<u>SOJ.</u>) Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)					Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	

Jadłospisy z 9. tygodnia, tj. od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa
2024-03-01 piątek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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-pszeniczny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, 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-pszeniczny 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Papryka konserwowa 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z białek z koperkiem 80 g (JAJ, MLE.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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 Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	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 o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (SOJ.)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)	
	Wartość energetyczna: 2409.47 kcal; Białko ogółem: 92.67 g; Tłuszcz: 93.07 g; Kw. tł. nasy.: 36.37 g; Węglowodany ogółem: 313.59 g; W tym cukry: 83.14 g; Błonnik pok.: 27.84 g; Sól: 7.90 g; WW: 28.49 Por; : 15.38 %; : 47.44 %; Ener. z T: 34.77 %; Ener. z Bł.: 2.31 %; K: 4298.54 mg;	Wartość energetyczna: 2509.63 kcal; Białko ogółem: 99.75 g; Tłuszcz: 86.91 g; Kw. tł. nasy.: 35.83 g; Węglowodany ogółem: 346.89 g; W tym cukry: 100.97 g; Błonnik pok.: 28.39 g; Sól: 5.58 g; WW: 31.87 Por; : 15.90 %; : 50.76 %; Ener. z T: 31.17 %; Ener. z Bł.: 2.26 %; K: 4768.38 mg;	Wartość energetyczna: 2558.08 kcal; Białko ogółem: 121.67 g; Tłuszcz: 79.70 g; Kw. tł. nasy.: 35.67 g; Węglowodany ogółem: 354.53 g; W tym cukry: 93.82 g; Błonnik pok.: 33.55 g; Sól: 8.56 g; WW: 32.13 Por; : 19.03 %; : 50.19 %; Ener. z T: 28.04 %; Ener. z Bł.: 2.62 %; K: 4541.32 mg;	Wartość energetyczna: 1777.40 kcal; Białko ogółem: 79.54 g; Tłuszcz: 82.17 g; Kw. tł. nasy.: 28.92 g; Węglowodany ogółem: 192.57 g; W tym cukry: 31.14 g; Błonnik pok.: 28.52 g; Sól: 7.00 g; WW: 16.43 Por; : 17.90 %; : 36.92 %; Ener. z T: 41.61 %; Ener. z Bł.: 3.21 %; K: 3085.20 mg;	Wartość energetyczna: 2327.27 kcal; Białko ogółem: 88.58 g; Tłuszcz: 64.46 g; Kw. tł. nasy.: 28.19 g; Węglowodany ogółem: 356.87 g; W tym cukry: 101.49 g; Błonnik pok.: 20.72 g; Sól: 5.09 g; WW: 33.59 Por; : 15.22 %; : 57.78 %; Ener. z T: 24.93 %; Ener. z Bł.: 1.78 %; K: 3418.11 mg;	Wartość energetyczna: 2433.89 kcal; Białko ogółem: 98.15 g; Tłuszcz: 81.84 g; Kw. tł. nasy.: 34.01 g; Węglowodany ogółem: 338.76 g; W tym cukry: 81.25 g; Błonnik pok.: 23.68 g; Sól: 5.05 g; WW: 31.57 Por; : 16.13 %; : 51.78 %; Ener. z T: 30.26 %; Ener. z Bł.: 1.95 %; K: 4617.88 mg;	Wartość energetyczna: 2062.79 kcal; Białko ogółem: 73.45 g; Tłuszcz: 67.53 g; Kw. tł. nasy.: 25.87 g; Węglowodany ogółem: 301.55 g; W tym cukry: 81.25 g; Błonnik pok.: 24.77 g; Sól: 5.44 g; WW: 27.69 Por; : 14.24 %; : 53.67 %; Ener. z T: 29.46 %; Ener. z Bł.: 2.40 %; K: 3405.74 mg;	Wartość energetyczna: 2415.31 kcal; Białko ogółem: 90.79 g; Tłuszcz: 70.02 g; Kw. tł. nasy.: 30.99 g; Węglowodany ogółem: 368.97 g; W tym cukry: 115.40 g; Błonnik pok.: 34.41 g; Sól: 6.24 g; WW: 33.45 Por; : 15.04 %; : 55.41 %; Ener. z T: 26.09 %; Ener. z Bł.: 1.64 %; K: 3901.58 mg;	Wartość energetyczna: 2414.07 kcal; Białko ogółem: 79.96 g; Tłuszcz: 84.93 g; Kw. tł. nasy.: 26.10 g; Węglowodany ogółem: 339.92 g; W tym cukry: 98.64 g; Błonnik pok.: 19.79 g; Sól: 2.64 g; WW: 32.00 Por; : 13.25 %; : 53.04 %; Ener. z T: 31.66 %; Ener. z Bł.: 1.64 %; K: 4267.61 mg;	Wartość energetyczna: 2449.09 kcal; Białko ogółem: 96.53 g; Tłuszcz: 71.27 g; Kw. tł. nasy.: 26.10 g; Węglowodany ogółem: 369.72 g; W tym cukry: 117.38 g; Błonnik pok.: 27.97 g; Sól: 4.56 g; WW: 34.19 Por; : 15.77 %; : 55.82 %; Ener. z T: 26.19 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 4413.08 mg;
2024-03-02 sobota	Śniadanie	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 80 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 80 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twarożek 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonie niejadalnej 80 g (SOJ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Wafle ryżowe 30 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)

Jadłospisy z 9. tygodnia, tj. od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa
II ŚN				Sok pomidorowy 0,3l 1 szt						
Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza bulgur 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Potrawka drobiowa () 250 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza bulgur 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka wykwiwna z olejem b/c 200 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez glutenu) () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () (bez glutenu) 150 g (<u>SEL.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
PD	Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)					Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Sok przecierowy Kubaś 0,3L 1 szt	Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp () 120 g (<u>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp-dieta () 120 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp-dieta () 150 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp-dieta () 120 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp-dieta () 100 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 80 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp-dieta () 120 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Salatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 100 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp-dieta () 120 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp-dieta () 120 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
PN	Pomarańcza 150 g					Pomarańcza 150 g			Pomarańcza 250g 1 szt	Jabłko pieczone 150 g
	Wartość energetyczna: 2233.77 kcal; Białko ogółem: 92.55 g; Tłuszcz: 68.73 g; Kw. tł. nasy.: 22.77 g; Węglowodany ogółem: 319.68 g; W tym cukry: 72.15 g; Błonnik pok.: 26.93 g; Sól: 8.93 g; WW: 29.32 Por; : 16.57 %; : 52.42 %; Ener. z T: 27.69 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 3201.31 mg;	Wartość energetyczna: 2267.17 kcal; Białko ogółem: 95.19 g; Tłuszcz: 61.11 g; Kw. tł. nasy.: 22.36 g; Węglowodany ogółem: 349.83 g; W tym cukry: 74.68 g; Błonnik pok.: 32.34 g; Sól: 7.92 g; WW: 31.84 Por; : 16.79 %; : 56.02 %; Ener. z T: 24.26 %; Ener. z Bł.: 2.85 %; K: 3905.88 mg;	Wartość energetyczna: 2531.63 kcal; Białko ogółem: 116.08 g; Tłuszcz: 68.52 g; Kw. tł. nasy.: 25.05 g; Węglowodany ogółem: 379.93 g; W tym cukry: 78.60 g; Błonnik pok.: 36.10 g; Sól: 8.56 g; WW: 34.47 Por; : 18.34 %; : 54.32 %; Ener. z T: 24.36 %; Ener. z Bł.: 2.85 %; K: 4335.25 mg;	Wartość energetyczna: 1725.26 kcal; Białko ogółem: 83.52 g; Tłuszcz: 57.06 g; Kw. tł. nasy.: 17.02 g; Węglowodany ogółem: 233.15 g; W tym cukry: 46.94 g; Błonnik pok.: 31.88 g; Sól: 8.71 g; WW: 20.24 Por; : 19.36 %; : 46.66 %; Ener. z T: 29.76 %; Ener. z Bł.: 3.70 %; K: 3204.71 mg;	Wartość energetyczna: 2402.97 kcal; Białko ogółem: 88.74 g; Tłuszcz: 63.62 g; Kw. tł. nasy.: 26.89 g; Węglowodany ogółem: 383.90 g; W tym cukry: 79.14 g; Błonnik pok.: 30.92 g; Sól: 7.88 g; WW: 35.37 Por; : 14.77 %; : 58.76 %; Ener. z T: 23.83 %; Ener. z Bł.: 2.57 %; K: 3960.03 mg;	Wartość energetyczna: 2187.24 kcal; Białko ogółem: 88.73 g; Tłuszcz: 59.95 g; Kw. tł. nasy.: 19.36 g; Węglowodany ogółem: 336.58 g; W tym cukry: 74.04 g; Błonnik pok.: 27.18 g; Sól: 6.68 g; WW: 31.00 Por; : 16.23 %; : 59.92 %; Ener. z T: 24.67 %; Ener. z Bł.: 2.49 %; K: 3755.38 mg;	Wartość energetyczna: 2053.37 kcal; Białko ogółem: 73.11 g; Tłuszcz: 51.04 g; Kw. tł. nasy.: 19.36 g; Węglowodany ogółem: 336.52 g; W tym cukry: 93.92 g; Błonnik pok.: 28.94 g; Sól: 5.01 g; WW: 30.79 Por; : 14.24 %; : 59.92 %; Ener. z T: 22.37 %; Ener. z Bł.: 2.82 %; K: 3589.87 mg;	Wartość energetyczna: 2265.96 kcal; Białko ogółem: 76.84 g; Tłuszcz: 65.42 g; Kw. tł. nasy.: 20.96 g; Węglowodany ogółem: 355.26 g; W tym cukry: 77.60 g; Błonnik pok.: 35.98 g; Sól: 6.23 g; WW: 32.02 Por; : 13.56 %; : 55.65 %; Ener. z T: 25.99 %; Ener. z Bł.: 3.18 %; K: 3745.80 mg;	Wartość energetyczna: 2392.84 kcal; Białko ogółem: 74.99 g; Tłuszcz: 77.57 g; Kw. tł. nasy.: 24.76 g; Węglowodany ogółem: 357.12 g; W tym cukry: 81.00 g; Błonnik pok.: 24.22 g; Sól: 5.34 g; WW: 33.31 Por; : 12.54 %; : 55.65 %; Ener. z T: 29.17 %; Ener. z Bł.: 2.02 %; K: 3638.40 mg;	Wartość energetyczna: 2120.33 kcal; Białko ogółem: 93.43 g; Tłuszcz: 47.70 g; Kw. tł. nasy.: 17.49 g; Węglowodany ogółem: 344.41 g; W tym cukry: 72.68 g; Błonnik pok.: 31.09 g; Sól: 7.81 g; WW: 31.48 Por; : 17.62 %; : 59.11 %; Ener. z T: 20.24 %; Ener. z Bł.: 2.93 %; K: 3656.38 mg;

Jadłospisy z 9. tygodnia, tj. od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	
2024-03-03 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bulka pszenna długa krojona 25 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 25 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 25 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)
		II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</u>)						
		Obiad	Krem pomidorowy 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kotlet schabowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) 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 (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 70 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Krem pomidorowy 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Schab gotowany 70 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) 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 (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 70 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 70 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) 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 (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Schab gotowany 70 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pierogi ukraińskie * 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu)* 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) 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
PD	Jogurt typu islandzkiego różne smaki Skyr 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)			Jogurt typu islandzkiego różne smaki Skyr 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt		Jogurt typu islandzkiego różne smaki Skyr 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		

Jadłospisy z 9. tygodnia, tj. od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	
2024-03-03 niedziela	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL. może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Serek śmietankowy naturalny termizowany-twój smak 1 szt (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	
	PN	Mus jabłkowo-morelowy 200g 1 szt				Mus jabłkowo-morelowy 200g 1 szt					
		Wartość energetyczna: 2562.10 kcal; Białko ogółem: 97.81 g; Tłuszcz: 112.07 g; Kw. tł. nasy.: 46.97 g; Węglowodany ogółem: 307.71 g; W tym cukry: 92.70 g; Błonnik pok.: 29.52 g; Sól: 7.81 g; WW: 27.86 Por; : 15.27 %; : 43.43 %; Ener. z T: 39.37 %; Ener. z Bł.: 2.30 %; K: 3670.38 mg;	Wartość energetyczna: 2254.24 kcal; Białko ogółem: 107.40 g; Tłuszcz: 68.99 g; Kw. tł. nasy.: 32.84 g; Węglowodany ogółem: 310.84 g; W tym cukry: 85.22 g; Błonnik pok.: 22.83 g; Sól: 6.08 g; WW: 28.93 Por; : 19.06 %; : 51.11 %; Ener. z T: 27.54 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 3605.47 mg;	Wartość energetyczna: 2467.53 kcal; Białko ogółem: 136.78 g; Tłuszcz: 72.41 g; Kw. tł. nasy.: 35.19 g; Węglowodany ogółem: 329.48 g; W tym cukry: 90.04 g; Błonnik pok.: 28.03 g; Sól: 6.65 g; WW: 30.26 Por; : 22.17 %; : 48.87 %; Ener. z T: 26.41 %; Ener. z Bł.: 2.27 %; K: 4287.77 mg;	Wartość energetyczna: 1998.92 kcal; Białko ogółem: 102.24 g; Tłuszcz: 89.35 g; Kw. tł. nasy.: 39.40 g; Węglowodany ogółem: 216.10 g; W tym cukry: 52.59 g; Błonnik pok.: 31.80 g; Sól: 6.94 g; WW: 18.44 Por; : 20.46 %; : 36.88 %; Ener. z T: 40.23 %; Ener. z Bł.: 3.18 %; K: 3164.23 mg;	Wartość energetyczna: 2350.50 kcal; Białko ogółem: 101.43 g; Tłuszcz: 66.74 g; Kw. tł. nasy.: 31.76 g; Węglowodany ogółem: 342.62 g; W tym cukry: 94.35 g; Błonnik pok.: 18.43 g; Sól: 5.98 g; WW: 32.56 Por; : 17.26 %; : 55.17 %; Ener. z T: 25.55 %; Ener. z Bł.: 1.57 %; K: 4089.22 mg;	Wartość energetyczna: 2059.81 kcal; Białko ogółem: 102.12 g; Tłuszcz: 53.93 g; Kw. tł. nasy.: 27.98 g; Węglowodany ogółem: 298.62 g; W tym cukry: 83.33 g; Błonnik pok.: 16.02 g; Sól: 4.97 g; WW: 28.38 Por; : 19.83 %; : 54.88 %; Ener. z T: 23.56 %; Ener. z Bł.: 1.56 %; K: 3390.62 mg;	Wartość energetyczna: 1874.94 kcal; Białko ogółem: 84.17 g; Tłuszcz: 48.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.41 g; Węglowodany ogółem: 282.49 g; W tym cukry: 83.07 g; Błonnik pok.: 15.66 g; Sól: 4.74 g; WW: 26.75 Por; : 17.96 %; : 56.92 %; Ener. z T: 23.28 %; Ener. z Bł.: 1.67 %; K: 3310.82 mg;	Wartość energetyczna: 2606.91 kcal; Białko ogółem: 88.02 g; Tłuszcz: 103.69 g; Kw. tł. nasy.: 56.68 g; Węglowodany ogółem: 331.84 g; W tym cukry: 86.79 g; Błonnik pok.: 21.69 g; Sól: 4.68 g; WW: 31.00 Por; : 13.51 %; : 47.59 %; Ener. z T: 35.80 %; Ener. z Bł.: 1.66 %; K: 2212.89 mg;	Wartość energetyczna: 2053.97 kcal; Białko ogółem: 84.44 g; Tłuszcz: 60.62 g; Kw. tł. nasy.: 25.33 g; Węglowodany ogółem: 295.46 g; W tym cukry: 74.19 g; Błonnik pok.: 12.75 g; Sól: 4.08 g; WW: 28.35 Por; : 16.44 %; : 55.06 %; Ener. z T: 26.56 %; Ener. z Bł.: 1.24 %; K: 2955.60 mg;	Wartość energetyczna: 2167.90 kcal; Białko ogółem: 107.34 g; Tłuszcz: 59.39 g; Kw. tł. nasy.: 27.56 g; Węglowodany ogółem: 310.75 g; W tym cukry: 85.17 g; Błonnik pok.: 22.83 g; Sól: 6.06 g; WW: 28.91 Por; : 19.81 %; : 53.12 %; Ener. z T: 24.66 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 3603.47 mg;

Jadłospisy z 9. tygodnia, tj. od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna	
2024-02-26 poniedziałek	Śniadanie	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 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 Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Banan 150 g	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) 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 Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Banan 150 g	Bulka pszenna długa krojona 60 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 Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Banan 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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 Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) 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 Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Banan 150 g	
	II ŚN			Jabłko 150 g			
	Obiad	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż z jabłkami. 300 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Solferino (bez mleka)* () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż z jabłkami. 300 g 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 (bez mleka)* () 400 ml (<u>GLU PSZ, 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 150 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	
PD	Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)		Bulka pszenna długa krojona 25 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</u>)	Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (<u>MLE.</u>)		

Jadłospisy z 9. tygodnia, tj. od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzycza bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna	
2024-02-26 poniedziałek	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 80 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 80 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 80 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml		
	PN	Mus jabłkowo-morelowy 200g 1 szt						
		Wartość energetyczna: 1916.30 kcal; Białko ogółem: 43.10 g; Tłuszcz: 39.32 g; Kw. tł. nasy.: 18.76 g; Węglowodany ogółem: 364.90 g; W tym cukry: 108.10 g; Błonnik pok.: 29.09 g; Sól: 3.79 g; WW: 33.72 Por; : 9.00 %; : 70.10 %; Ener. z T: 18.47 %; Ener. z Bł.: 3.04 %; K: 3044.36 mg;	Wartość energetyczna: 1861.53 kcal; Białko ogółem: 42.08 g; Tłuszcz: 36.15 g; Kw. tł. nasy.: 18.49 g; Węglowodany ogółem: 358.14 g; W tym cukry: 104.06 g; Błonnik pok.: 26.75 g; Sól: 3.57 g; WW: 33.25 Por; : 9.04 %; : 71.21 %; Ener. z T: 17.48 %; Ener. z Bł.: 2.87 %; K: 2872.82 mg;	Wartość energetyczna: 1936.72 kcal; Białko ogółem: 72.18 g; Tłuszcz: 51.61 g; Kw. tł. nasy.: 22.51 g; Węglowodany ogółem: 310.83 g; W tym cukry: 93.46 g; Błonnik pok.: 19.67 g; Sól: 6.84 g; WW: 29.27 Por; : 14.91 %; : 60.13 %; Ener. z T: 23.98 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 3264.66 mg;	Wartość energetyczna: 1664.22 kcal; Białko ogółem: 66.68 g; Tłuszcz: 54.49 g; Kw. tł. nasy.: 18.84 g; Węglowodany ogółem: 247.42 g; W tym cukry: 59.56 g; Błonnik pok.: 36.14 g; Sól: 7.67 g; WW: 21.17 Por; : 16.03 %; : 50.78 %; Ener. z T: 29.47 %; Ener. z Bł.: 4.34 %; K: 3402.21 mg;	Wartość energetyczna: 2067.54 kcal; Białko ogółem: 64.99 g; Tłuszcz: 42.69 g; Kw. tł. nasy.: 22.51 g; Węglowodany ogółem: 372.96 g; W tym cukry: 119.18 g; Błonnik pok.: 26.40 g; Sól: 5.26 g; WW: 34.77 Por; : 12.57 %; : 67.05 %; Ener. z T: 18.59 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 3323.70 mg;		

Jadłospisy z 9. tygodnia, tj. od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna
Śniadanie	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml 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 ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (<u>SOJ.</u>) Papryka konserwowa 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>)	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 80 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
II ŚN						
Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JEJCZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Marchew oprószana z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Pyzy ziemniaczane* 250 g Sos ziołowy* 50 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Marchew oprószana z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JEJCZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 70 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos ziołowy* 50 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Marchew oprószana z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kasza gryczana 100 g Pieczeń rzymska wieprzowa 70 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos ziołowy* 50 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 200 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Kasza gryczana 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa 70 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos ziołowy* 50 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Marchew oprószana z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
PD	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	

Jadłospisy z 9. tygodnia, tj. od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna
2024-02-27 wtorek	Kolejacja	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLUPSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLUPSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLUPSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB. SEL.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLUPSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z makreli wędzonej z warzywami* 80 g (<u>RYB. SEL.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLUPSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB. SEL.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	
		PN	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt			
	Wartość energetyczna: 1989.03 kcal; Białko ogółem: 48.41 g; Tłuszcz: 48.53 g; Kw. tł. nasy.: 19.46 g; Węglowodany ogółem: 351.49 g; W tym cukry: 120.97 g; Błonnik pok.: 29.74 g; Sól: 5.03 g; WW: 32.36 Por; : 9.73 %; : 64.71 %; Ener. z T: 21.96 %; Ener. z Bł.: 2.99 %; K: 3002.42 mg;	Wartość energetyczna: 1962.52 kcal; Białko ogółem: 35.83 g; Tłuszcz: 42.91 g; Kw. tł. nasy.: 17.30 g; Węglowodany ogółem: 365.71 g; W tym cukry: 121.09 g; Błonnik pok.: 25.67 g; Sól: 6.27 g; WW: 34.17 Por; : 7.30 %; : 69.31 %; Ener. z T: 19.68 %; Ener. z Bł.: 2.62 %; K: 2665.20 mg;	Wartość energetyczna: 2053.60 kcal; Białko ogółem: 78.98 g; Tłuszcz: 50.68 g; Kw. tł. nasy.: 20.02 g; Węglowodany ogółem: 332.38 g; W tym cukry: 97.37 g; Błonnik pok.: 28.49 g; Sól: 7.46 g; WW: 30.65 Por; : 15.38 %; : 59.19 %; Ener. z T: 22.21 %; Ener. z Bł.: 2.77 %; K: 2980.68 mg;	Wartość energetyczna: 1824.92 kcal; Białko ogółem: 81.14 g; Tłuszcz: 62.32 g; Kw. tł. nasy.: 24.09 g; Węglowodany ogółem: 251.92 g; W tym cukry: 48.72 g; Błonnik pok.: 36.17 g; Sól: 10.49 g; WW: 21.72 Por; : 17.79 %; : 47.29 %; Ener. z T: 30.73 %; Ener. z Bł.: 3.96 %; K: 3225.04 mg;	Wartość energetyczna: 2441.89 kcal; Białko ogółem: 121.48 g; Tłuszcz: 67.72 g; Kw. tł. nasy.: 28.70 g; Węglowodany ogółem: 348.91 g; W tym cukry: 89.86 g; Błonnik pok.: 28.40 g; Sól: 7.13 g; WW: 32.24 Por; : 19.90 %; : 52.50 %; Ener. z T: 24.96 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 3477.03 mg;	Wartość energetyczna: 135.00 kcal; Białko ogółem: 1.20 g; Tłuszcz: 0.30 g; Kw. tł. nasy.: 0.09 g; Węglowodany ogółem: 29.70 g; W tym cukry: 28.50 g; Błonnik pok.: 0.00 g; Sól: 0.15 g; WW: 3.00 Por; : 3.56 %; : 88.00 %; Ener. z T: 2.00 %; Ener. z Bł.: 0.00 %; K: 0.00 mg;
2024-02-28 środa	Śniadanie	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLUPSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLUPSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) 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 (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 80 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLUPSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g		Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLUPSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Banan 150 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	

Jadłospisy z 9. tygodnia, tj. od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna
2024-02-28 środa	II ŚN						
	Obiad	Grycikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g Dyńia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grycikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos bazyliowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Dyńia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml			Grycikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos bazyliowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Dyńia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
	PD	Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko 150 g			Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml			Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	
PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (<u>SOJ.</u>)					

Jadłospisy z 9. tygodnia, tj. od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna
2024-02-28 środa	<p>Wartość energetyczna: 2002.65 kcal; Białko ogółem: 61.05 g; Tłuszcz: 45.40 g; Kw. tł. nasy.: 21.59 g; Węglowodany ogółem: 346.63 g; W tym cukry: 115.89 g; Błonnik pok.: 25.76 g; Sól: 4.40 g; WW: 32.14 Por; : 12.19 %; : 64.09 %; Ener. z T: 20.40 %; Ener. z Bł.: 2.57 %; K: 4213.70 mg;</p>	<p>Wartość energetyczna: 1995.65 kcal; Białko ogółem: 57.65 g; Tłuszcz: 44.20 g; Kw. tł. nasy.: 19.97 g; Węglowodany ogółem: 350.83 g; W tym cukry: 116.89 g; Błonnik pok.: 26.26 g; Sól: 4.33 g; WW: 32.54 Por; : 11.55 %; : 65.06 %; Ener. z T: 19.93 %; Ener. z Bł.: 2.63 %; K: 3931.70 mg;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2037.00 kcal; Białko ogółem: 71.78 g; Tłuszcz: 61.26 g; Kw. tł. nasy.: 26.27 g; Węglowodany ogółem: 307.97 g; W tym cukry: 107.83 g; Błonnik pok.: 24.59 g; Sól: 7.43 g; WW: 28.43 Por; : 14.10 %; : 55.65 %; Ener. z T: 27.06 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 4081.98 mg;</p>	<p>Wartość energetyczna: 87.00 kcal; Białko ogółem: 3.20 g; Tłuszcz: 1.80 g; Kw. tł. nasy.: 0.30 g; Węglowodany ogółem: 14.20 g; W tym cukry: 11.00 g; Błonnik pok.: 0.50 g; Sól: 0.14 g; WW: 1.40 Por; : 14.71 %; : 62.99 %; Ener. z T: 18.62 %; Ener. z Bł.: 1.15 %; K: 0.00 mg;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2272.00 kcal; Białko ogółem: 93.83 g; Tłuszcz: 67.90 g; Kw. tł. nasy.: 28.25 g; Węglowodany ogółem: 328.98 g; W tym cukry: 106.26 g; Błonnik pok.: 24.04 g; Sól: 5.63 g; WW: 30.60 Por; : 16.52 %; : 53.69 %; Ener. z T: 26.90 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 4095.08 mg;</p>	
2024-02-29 czwartek	<p>Bulka pszenna długa krojona 60 g (GLUPSZ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 14 g (MLE) Miód 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chalka 80 g (GLUPSZ, JAJ)</p>	<p>Bulka pszenna długa krojona 60 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 14 g (MLE) Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 80 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 25 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (SOJ)</p>		<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Bulka pszenna długa krojona 60 g (GLUPSZ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 14 g (MLE) Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 80 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 30 g (MLE)</p>		
II ŚN						

Jadłospisy z 9. tygodnia, tj. od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna	
2024-02-29 czwartek	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego (I) 250 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kalańfior gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego (I) 250 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kalańfior gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego (I) 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kalańfior gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml		Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego (I) 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kalańfior gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
	PD	Jabłko 150 g			Gruszka 150 g		
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta warzywna* 80 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml			Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt					
	Wartość energetyczna: 2198.91 kcal; Białko ogółem: 54.66 g; Tłuszcz: 50.46 g; Kw. tł. nasy.: 18.20 g; Węglowodany ogółem: 398.19 g; W tym cukry: 87.44 g; Błonnik pok.: 30.07 g; Sól: 3.79 g; WW: 36.80 Por; : 9.94 %; : 66.97 %; Ener. z T: 20.65 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 3430.53 mg;	Wartość energetyczna: 2171.86 kcal; Białko ogółem: 53.71 g; Tłuszcz: 49.23 g; Kw. tł. nasy.: 18.07 g; Węglowodany ogółem: 395.18 g; W tym cukry: 86.95 g; Błonnik pok.: 30.09 g; Sól: 3.52 g; WW: 36.49 Por; : 9.89 %; : 67.24 %; Ener. z T: 20.40 %; Ener. z Bł.: 2.77 %; K: 3325.31 mg;	Wartość energetyczna: 1861.38 kcal; Białko ogółem: 69.70 g; Tłuszcz: 51.81 g; Kw. tł. nasy.: 22.93 g; Węglowodany ogółem: 291.99 g; W tym cukry: 80.23 g; Błonnik pok.: 22.59 g; Sól: 7.41 g; WW: 26.94 Por; : 14.98 %; : 57.89 %; Ener. z T: 25.05 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 3050.76 mg;	Wartość energetyczna: 76.00 kcal; Białko ogółem: 0.60 g; Tłuszcz: 0.20 g; Kw. tł. nasy.: 0.20 g; Węglowodany ogółem: 18.20 g; W tym cukry: 16.80 g; Błonnik pok.: 0.00 g; Sól: 0.06 g; WW: 1.80 Por; : 3.16 %; : 95.79 %; Ener. z T: 2.37 %; Ener. z Bł.: 0.00 %; K: 0.00 mg;	Wartość energetyczna: 2150.46 kcal; Białko ogółem: 83.33 g; Tłuszcz: 57.38 g; Kw. tł. nasy.: 25.59 g; Węglowodany ogółem: 341.31 g; W tym cukry: 89.50 g; Błonnik pok.: 30.25 g; Sól: 8.05 g; WW: 31.06 Por; : 15.50 %; : 57.86 %; Ener. z T: 24.02 %; Ener. z Bł.: 2.81 %; K: 3702.93 mg;		

Jadłospisy z 9. tygodnia, tj. od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna
2024-03-01 piątek	Sniadanie	Bulka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twarożek 40 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Bulka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 150 g Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 80 g (SOJ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bulka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twarożek 40 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.)		
	Obiad	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	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)* 400 ml (SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 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	

Jadłospisy z 9. tygodnia, tj. od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna	
2024-03-01 piątek	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z białek z koperkiem 30 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 30 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Papryka konserwowa 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (<u>SOJ.</u>)			Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Wartość energetyczna: 1999.22 kcal; Białko ogółem: 51.95 g; Tłuszcz: 46.84 g; Kw. tł. nasy.: 21.33 g; Węglowodany ogółem: 351.49 g; W tym cukry: 103.87 g; Błonnik pok.: 22.54 g; Sól: 5.05 g; WW: 32.92 Por; : 10.39 %; : 65.82 %; Ener. z T: 21.09 %; Ener. z Bł.: 2.25 %; K: 2049.53 mg;	Wartość energetyczna: 1900.67 kcal; Białko ogółem: 38.94 g; Tłuszcz: 40.88 g; Kw. tł. nasy.: 17.99 g; Węglowodany ogółem: 353.28 g; W tym cukry: 103.12 g; Błonnik pok.: 23.04 g; Sól: 5.26 g; WW: 33.08 Por; : 8.20 %; : 69.50 %; Ener. z T: 19.36 %; Ener. z Bł.: 2.42 %; K: 1685.23 mg;	Wartość energetyczna: 2068.17 kcal; Białko ogółem: 64.52 g; Tłuszcz: 74.29 g; Kw. tł. nasy.: 28.24 g; Węglowodany ogółem: 297.12 g; W tym cukry: 102.99 g; Błonnik pok.: 22.37 g; Sól: 5.05 g; WW: 27.58 Por; : 12.48 %; : 53.14 %; Ener. z T: 32.33 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 3362.34 mg;	Wartość energetyczna: 1815.56 kcal; Białko ogółem: 70.76 g; Tłuszcz: 85.57 g; Kw. tł. nasy.: 28.07 g; Węglowodany ogółem: 204.27 g; W tym cukry: 33.75 g; Błonnik pok.: 28.04 g; Sól: 8.42 g; WW: 17.67 Por; : 15.59 %; : 38.83 %; Ener. z T: 42.42 %; Ener. z Bł.: 3.09 %; K: 2719.45 mg;	Wartość energetyczna: 2464.76 kcal; Białko ogółem: 90.20 g; Tłuszcz: 75.83 g; Kw. tł. nasy.: 29.86 g; Węglowodany ogółem: 369.90 g; W tym cukry: 117.71 g; Błonnik pok.: 27.97 g; Sól: 4.39 g; WW: 34.25 Por; : 14.64 %; : 55.49 %; Ener. z T: 27.69 %; Ener. z Bł.: 2.27 %; K: 4357.48 mg;		
2024-03-02 sobota	Śniadanie	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 25 g (<u>SOJ, MLE, GLU OW.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 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 Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)		

Jadłospisy z 9. tygodnia, tj. od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna
II ŚN				Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		
Obiad	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) 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 JECZ) 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 JECZ) 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 bulgur 100 g (GLU PSZ) Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL) Surówka wykwińska 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 JECZ) 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		Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE)	
Kolacja	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 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 ŻYT) 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	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) 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 ŻYT) 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	Pomarancz 150 g					
	Wartość energetyczna: 2092.38 kcal; Białko ogółem: 49.60 g; Tłuszcz: 57.09 g; Kw. tł. nasy.: 18.69 g; Węglowodany ogółem: 362.51 g; W tym cukry: 86.42 g; Błonnik pok.: 37.97 g; Sól: 5.26 g; WW: 32.40 Por; : 9.48 %; : 62.04 %; Ener. z T: 24.56 %; Ener. z Bł.: 3.63 %; K: 3898.55 mg;	Wartość energetyczna: 2075.38 kcal; Białko ogółem: 48.96 g; Tłuszcz: 55.89 g; Kw. tł. nasy.: 18.57 g; Węglowodany ogółem: 361.60 g; W tym cukry: 85.93 g; Błonnik pok.: 37.97 g; Sól: 5.24 g; WW: 32.31 Por; : 9.44 %; : 62.37 %; Ener. z T: 24.24 %; Ener. z Bł.: 3.66 %; K: 3884.45 mg;	Wartość energetyczna: 2088.58 kcal; Białko ogółem: 78.41 g; Tłuszcz: 53.62 g; Kw. tł. nasy.: 19.69 g; Węglowodany ogółem: 340.97 g; W tym cukry: 79.01 g; Błonnik pok.: 32.76 g; Sól: 8.06 g; WW: 30.85 Por; : 15.02 %; : 59.03 %; Ener. z T: 23.10 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 3696.44 mg;	Wartość energetyczna: 1716.26 kcal; Białko ogółem: 68.17 g; Tłuszcz: 52.60 g; Kw. tł. nasy.: 15.90 g; Węglowodany ogółem: 259.75 g; W tym cukry: 58.63 g; Błonnik pok.: 35.85 g; Sól: 7.11 g; WW: 22.45 Por; : 15.89 %; : 52.18 %; Ener. z T: 27.58 %; Ener. z Bł.: 4.18 %; K: 3705.61 mg;	Wartość energetyczna: 2267.17 kcal; Białko ogółem: 95.19 g; Tłuszcz: 61.11 g; Kw. tł. nasy.: 22.36 g; Węglowodany ogółem: 349.83 g; W tym cukry: 74.68 g; Błonnik pok.: 32.34 g; Sól: 7.92 g; WW: 31.84 Por; : 16.79 %; : 56.02 %; Ener. z T: 24.26 %; Ener. z Bł.: 2.85 %; K: 3905.88 mg;	

2024-03-02 sobota

Jadłospisy z 9. tygodnia, tj. od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna	
2024-03-03 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.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml 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 Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtusty 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)		
		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.)			
		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)* 400 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.)		

Jadłospisy z 9. tygodnia, tj. od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna	
2024-03-03 niedziela	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 25 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE. GLU OW.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 80 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 80 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 80 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE. GLU OW.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml			
	PN	Mus jabłkowo-morelowy 200g 1 szt						
			Wartość energetyczna: 1849.46 kcal; Białko ogółem: 47.53 g; Tłuszcz: 45.17 g; Kw. tł. nasy.: 22.92 g; Węglowodany ogółem: 325.25 g; W tym cukry: 82.19 g; Błonnik pok.: 25.83 g; Sól: 4.27 g; WW: 30.08 Por; : 10.28 %; : 64.76 %; Ener. z T: 21.98 %; Ener. z Bł.: 2.79 %; K: 3076.57 mg;	Wartość energetyczna: 1990.08 kcal; Białko ogółem: 91.61 g; Tłuszcz: 50.56 g; Kw. tł. nasy.: 24.96 g; Węglowodany ogółem: 303.31 g; W tym cukry: 80.52 g; Błonnik pok.: 25.83 g; Sól: 5.39 g; WW: 27.82 Por; : 18.41 %; : 55.77 %; Ener. z T: 22.86 %; Ener. z Bł.: 2.60 %; K: 3506.47 mg;	Wartość energetyczna: 1576.04 kcal; Białko ogółem: 78.60 g; Tłuszcz: 44.42 g; Kw. tł. nasy.: 19.39 g; Węglowodany ogółem: 234.33 g; W tym cukry: 63.82 g; Błonnik pok.: 35.53 g; Sól: 4.99 g; WW: 19.90 Por; : 19.95 %; : 50.45 %; Ener. z T: 25.36 %; Ener. z Bł.: 4.51 %; K: 3456.33 mg;	Wartość energetyczna: 2228.24 kcal; Białko ogółem: 103.74 g; Tłuszcz: 68.09 g; Kw. tł. nasy.: 32.28 g; Węglowodany ogółem: 310.10 g; W tym cukry: 84.58 g; Błonnik pok.: 22.83 g; Sól: 6.07 g; WW: 28.85 Por; : 18.62 %; : 51.57 %; Ener. z T: 27.50 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 3582.87 mg;		

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeniczny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
SO2 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

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