

Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa
2024-07-29 poniedziałek Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt <b>(MLE.)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</b> ) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt <b>(MLE.)</b> Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt <b>(MLE.)</b> Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</b> ) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiiniowym 60 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</b> ) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</b> ) Marchew gotowana z olejem* 80 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt <b>(MLE.)</b> Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Kurczak gotowany-dr.prod ukt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej. 50 g ( <b>JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt <b>(MLE.)</b> Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Serek Fromage 60 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt <b>(MLE.)</b> Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt <b>(MLE.)</b> Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
	II ŚN				Jabłko 1 szt 1 szt					

Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa
2024-07-29 poniedziałek	Obiad	<p>Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<b>MLE.</b>) Banan 1szt. 1 szt Kompot owocowy* z/c 250 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<b>MLE.</b>) Kompot owocowy* z/c 250 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 150 g (<b>MLE.</b>) Kompot owocowy* z/c 250 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b>) Ryż na sypko (brązowy) 100 g Pulpet drobiowy 70 g (<b>GLU PSZ, JAJ.</b>) Sos majerankowy * 50 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (<b>SEL.</b>) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<b>MLE.</b>) Kompot owocowy* z/c 250 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b>) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 70 g (<b>GLU PSZ, JAJ.</b>) Sos majerankowy * 50 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<b>SEL.</b>) Kompot owocowy* z/c 250 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<b>MLE.</b>) Kompot owocowy* z/c 250 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<b>MLE.</b>) Kompot owocowy* z/c 250 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<b>MLE.</b>) Kompot owocowy* z/c 250 ml</p>
PD	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt									

Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	
2024-07-29 poniedziałek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> , <b>GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> , <b>GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 60 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ.</b> , <b>GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ.</b> , <b>GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> , <b>GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ.</b> , <b>GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta warzywna* 80 g ( <b>SEL.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ.</b> , <b>GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 60 g ( <b>MLE.</b> ) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ.</b> , <b>GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g
		PN	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ.</b> , <b>GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <b>SOJ.</b> )				Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ.</b> , <b>GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <b>SOJ.</b> )	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ.</b> , <b>GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <b>SOJ.</b> )		

Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa
2024-07-29 poniedziałek	Wartość energetyczna: 2403.32 kcal; Białko ogółem: 75.32 g; Tłuszcz: 68.92 g; Kw. tł. nasy.: 37.72 g; Węglowodany ogółem: 387.74 g; W tym cukry: 159.66 g; Błonnik pok.: 26.12 g; Sól: 7.80 g; WW: 36.13 Por; : 12.54 %; : 64.53 %; Ener. z T: 25.81 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 3560.32 mg;	Wartość energetyczna: 2072.16 kcal; Białko ogółem: 69.24 g; Tłuszcz: 44.81 g; Kw. tł. nasy.: 22.45 g; Węglowodany ogółem: 364.74 g; W tym cukry: 122.04 g; Błonnik pok.: 21.76 g; Sól: 6.76 g; WW: 34.34 Por; : 13.37 %; : 70.41 %; Ener. z T: 19.46 %; Ener. z Bł.: 2.10 %; K: 3040.44 mg;	Wartość energetyczna: 2240.70 kcal; Białko ogółem: 79.34 g; Tłuszcz: 48.19 g; Kw. tł. nasy.: 24.13 g; Węglowodany ogółem: 391.00 g; W tym cukry: 126.26 g; Błonnik pok.: 26.92 g; Sól: 8.20 g; WW: 36.49 Por; : 14.16 %; : 69.80 %; Ener. z T: 19.36 %; Ener. z Bł.: 2.40 %; K: 3355.51 mg;	Wartość energetyczna: 1681.26 kcal; Białko ogółem: 67.16 g; Tłuszcz: 49.89 g; Kw. tł. nasy.: 17.17 g; Węglowodany ogółem: 258.35 g; W tym cukry: 58.24 g; Błonnik pok.: 34.67 g; Sól: 7.64 g; WW: 22.29 Por; : 15.98 %; : 61.47 %; Ener. z T: 26.71 %; Ener. z Bł.: 4.12 %; K: 3471.90 mg;	Wartość energetyczna: 2213.29 kcal; Białko ogółem: 73.47 g; Tłuszcz: 51.59 g; Kw. tł. nasy.: 24.24 g; Węglowodany ogółem: 378.27 g; W tym cukry: 117.56 g; Błonnik pok.: 20.32 g; Sól: 6.20 g; WW: 35.88 Por; : 13.28 %; : 68.36 %; Ener. z T: 20.98 %; Ener. z Bł.: 1.84 %; K: 3088.77 mg;	Wartość energetyczna: 2001.94 kcal; Białko ogółem: 67.37 g; Tłuszcz: 42.81 g; Kw. tł. nasy.: 22.55 g; Węglowodany ogółem: 349.23 g; W tym cukry: 121.77 g; Błonnik pok.: 16.60 g; Sól: 5.80 g; WW: 33.30 Por; : 13.46 %; : 69.78 %; Ener. z T: 19.24 %; Ener. z Bł.: 1.66 %; K: 2905.81 mg;	Wartość energetyczna: 2034.34 kcal; Białko ogółem: 66.29 g; Tłuszcz: 48.19 g; Kw. tł. nasy.: 13.03 g; Węglowodany ogółem: 344.88 g; W tym cukry: 117.78 g; Błonnik pok.: 25.00 g; Sól: 6.24 g; WW: 32.03 Por; : 13.03 %; : 67.81 %; Ener. z T: 21.32 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 2963.91 mg;	Wartość energetyczna: 2552.15 kcal; Białko ogółem: 67.25 g; Tłuszcz: 73.49 g; Kw. tł. nasy.: 46.78 g; Węglowodany ogółem: 418.49 g; W tym cukry: 185.53 g; Błonnik pok.: 25.06 g; Sól: 5.27 g; WW: 39.47 Por; : 10.54 %; : 65.59 %; Ener. z T: 25.91 %; Ener. z Bł.: 1.96 %; K: 3508.74 mg;	Wartość energetyczna: 2084.52 kcal; Białko ogółem: 51.69 g; Tłuszcz: 46.42 g; Kw. tł. nasy.: 19.82 g; Węglowodany ogółem: 369.81 g; W tym cukry: 146.34 g; Błonnik pok.: 14.85 g; Sól: 3.43 g; WW: 35.54 Por; : 9.92 %; : 70.96 %; Ener. z T: 20.04 %; Ener. z Bł.: 1.42 %; K: 2638.82 mg;	Wartość energetyczna: 2012.32 kcal; Białko ogółem: 69.18 g; Tłuszcz: 38.21 g; Kw. tł. nasy.: 18.07 g; Węglowodany ogółem: 364.68 g; W tym cukry: 121.99 g; Błonnik pok.: 21.76 g; Sól: 6.76 g; WW: 34.33 Por; : 13.75 %; : 72.49 %; Ener. z T: 17.09 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 3038.44 mg;
2024-07-30 wtorek	Śniadanie Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytnio-pszenno 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	Śniadanie Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	Śniadanie Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenno 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml ( <b>MLE.</b> ) Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 20 g ( <b>SOJ.</b> )	Śniadanie Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Połędwica delikatna- produkt blokowy drobiowo- wieprzo wy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 20 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Nektarynka 1 szt 1 szt	Śniadanie Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Połędwica delikatna- produkt blokowy drobiowo- wieprzo wy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 20 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	Śniadanie Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Nektarynka 1 szt 1 szt	Śniadanie Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )
II ŚN										

Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa		
2024-07-30 wtorek	Obiad	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos pietruszkowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Marchew oprószana z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos pietruszkowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Marchew oprószana z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos pietruszkowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos pietruszkowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Marchew oprószana z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml		Chleb razowy żytnio-pszenno-żytny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	Chrupki kukurydziane 20 g	Chleb bezglutenowy 25 g Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE.</b> )
	PD											

Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa
2024-07-30 wtorek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konsерwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałatka wiosenna 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konsерwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałatka wiosenna - diety 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konsерwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE.</b> ) Sałatka wiosenna - diety 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konsерwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałatka wiosenna 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki jęczmieńne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konsерwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Buraczki gotowane () 80 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Maryny-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</b> ) Sałatka wiosenna - diety 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa 14 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE.</b> ) Sałatka wiosenna 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE.</b> ) Sałatka wiosenna 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konsерwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałatka wiosenna - diety 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
		PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt					Sok owocowy pasteryzowany 0,3L 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2169.35 kcal; Białko ogółem: 84.95 g; Tłuszcz: 79.32 g; Kw. tł. nasy.: 29.84 g; Węglowodany ogółem: 292.11 g; W tym cukry: 59.68 g; Błonnik pok.: 27.08 g; Sól: 10.58 g; WW: 26.59 Por; : 15.66 %; : 53.86 %; Ener. z T: 32.91 %; Ener. z Bł.: 2.50 %; K: 3406.94 mg;	Wartość energetyczna: 2288.21 kcal; Białko ogółem: 89.75 g; Tłuszcz: 79.57 g; Kw. tł. nasy.: 29.82 g; Węglowodany ogółem: 315.72 g; W tym cukry: 63.62 g; Błonnik pok.: 24.80 g; Sól: 10.30 g; WW: 29.23 Por; : 15.69 %; : 55.19 %; Ener. z T: 31.30 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 3443.76 mg;	Wartość energetyczna: 2482.29 kcal; Białko ogółem: 114.33 g; Tłuszcz: 92.55 g; Kw. tł. nasy.: 36.56 g; Węglowodany ogółem: 313.85 g; W tym cukry: 72.58 g; Błonnik pok.: 31.61 g; Sól: 11.28 g; WW: 28.35 Por; : 18.42 %; : 50.57 %; Ener. z T: 33.56 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 4118.02 mg;	Wartość energetyczna: 1591.49 kcal; Białko ogółem: 76.46 g; Tłuszcz: 65.18 g; Kw. tł. nasy.: 23.50 g; Węglowodany ogółem: 188.57 g; W tym cukry: 24.06 g; Błonnik pok.: 26.79 g; Sól: 9.16 g; WW: 16.18 Por; : 19.22 %; : 47.39 %; Ener. z T: 36.86 %; Ener. z Bł.: 3.37 %; K: 2970.68 mg;	Wartość energetyczna: 2219.40 kcal; Białko ogółem: 88.94 g; Tłuszcz: 67.17 g; Kw. tł. nasy.: 29.71 g; Węglowodany ogółem: 325.83 g; W tym cukry: 92.05 g; Błonnik pok.: 22.71 g; Sól: 8.16 g; WW: 30.39 Por; : 16.03 %; : 58.72 %; Ener. z T: 27.24 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 3701.99 mg;	Wartość energetyczna: 2286.55 kcal; Białko ogółem: 88.83 g; Tłuszcz: 75.36 g; Kw. tł. nasy.: 29.40 g; Węglowodany ogółem: 322.23 g; W tym cukry: 63.35 g; Błonnik pok.: 23.99 g; Sól: 7.28 g; WW: 30.00 Por; : 15.54 %; : 56.37 %; Ener. z T: 29.66 %; Ener. z Bł.: 2.10 %; K: 3335.01 mg;	Wartość energetyczna: 1912.14 kcal; Białko ogółem: 74.75 g; Tłuszcz: 58.59 g; Kw. tł. nasy.: 17.60 g; Węglowodany ogółem: 281.08 g; W tym cukry: 60.16 g; Błonnik pok.: 23.22 g; Sól: 7.11 g; WW: 25.97 Por; : 15.64 %; : 58.80 %; Ener. z T: 27.58 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 3093.82 mg;	Wartość energetyczna: 2073.17 kcal; Białko ogółem: 70.56 g; Tłuszcz: 58.15 g; Kw. tł. nasy.: 24.33 g; Węglowodany ogółem: 321.79 g; W tym cukry: 66.64 g; Błonnik pok.: 21.28 g; Sól: 5.96 g; WW: 30.01 Por; : 13.61 %; : 62.09 %; Ener. z T: 25.25 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 1970.14 mg;	Wartość energetyczna: 2166.96 kcal; Białko ogółem: 69.10 g; Tłuszcz: 81.92 g; Kw. tł. nasy.: 28.99 g; Węglowodany ogółem: 293.68 g; W tym cukry: 74.87 g; Błonnik pok.: 18.26 g; Sól: 7.94 g; WW: 27.69 Por; : 12.76 %; : 54.21 %; Ener. z T: 34.02 %; Ener. z Bł.: 1.69 %; K: 3318.63 mg;	Wartość energetyczna: 2120.10 kcal; Białko ogółem: 83.86 g; Tłuszcz: 67.99 g; Kw. tł. nasy.: 24.50 g; Węglowodany ogółem: 308.40 g; W tym cukry: 78.22 g; Błonnik pok.: 29.45 g; Sól: 10.70 g; WW: 28.06 Por; : 15.82 %; : 58.19 %; Ener. z T: 28.86 %; Ener. z Bł.: 2.78 %; K: 3618.01 mg;

Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa
2024-07-31 środa Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Ser topiony 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzo na parzona z dodatkiem wody. 30 g ( <b>SOJ, MLE.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzo na parzona z dodatkiem wody. 30 g ( <b>SOJ, MLE.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzo na parzona z dodatkiem wody. 30 g ( <b>SOJ, MLE.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Mus z jabłek prażonych 150 g Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzo na parzona z dodatkiem wody. 30 g ( <b>SOJ, MLE.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynka zielonogórska-wp. parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 30 g ( <b>SOJ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 60 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> )	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 25 g Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzo na parzona z dodatkiem wody. 30 g ( <b>SOJ, MLE.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzo na parzona z dodatkiem wody. 30 g ( <b>SOJ, MLE.</b> )
II ŚN				Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 0,5 szt ( <b>JAJ.</b> )						

Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa
2024-07-31 środa	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ) Kasza bulgur 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Pulpet wieprzowy 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Pulpet wieprzowy 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza bulgur 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Pulpet wieprzowy 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Pulpet wieprzowy 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Pulpet wieprzowy 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * (bez mleka) () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Pulpet wieprzowy 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kotlety ziemniaczane () 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * (bez glutenu) () 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 70 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 50 ml ( <b>SEL.</b> ) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Pulpet wieprzowy 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	PD	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )				Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <b>MLE.</b> )	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Paprykarz szczeciński 80 g ( <b>RYB, SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Paprykarz szczeciński 80 g ( <b>RYB, SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Ogórek świeży 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Paprykarz szczeciński 80 g ( <b>RYB, SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Ogórek świeży 80 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 80 g ( <b>SEL.</b> )	Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod. biał. mleka w osłonce niejadalnej. 50 g ( <b>JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Paprykarz szczeciński 80 g ( <b>RYB, SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml



Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa
2024-07-31 środa	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt					Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2404.66 kcal; Białko ogółem: 83.12 g; Tłuszcz: 99.33 g; Kw. tł. nasy.: 41.72 g; Węglowodany ogółem: 300.61 g; W tym cukry: 65.96 g; Błonnik pok.: 25.58 g; Sól: 9.31 g; WW: 27.51 Por; : 13.83 %; : 50.00 %; Ener. z T: 37.17 %; Ener. z Bł.: 2.13 %; K: 3259.51 mg;	Wartość energetyczna: 2253.96 kcal; Białko ogółem: 87.50 g; Tłuszcz: 76.42 g; Kw. tł. nasy.: 32.43 g; Węglowodany ogółem: 313.79 g; W tym cukry: 62.88 g; Błonnik pok.: 24.88 g; Sól: 7.81 g; WW: 29.04 Por; : 15.53 %; : 55.69 %; Ener. z T: 30.52 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 3499.29 mg;	Wartość energetyczna: 2554.97 kcal; Białko ogółem: 108.99 g; Tłuszcz: 93.96 g; Kw. tł. nasy.: 40.51 g; Węglowodany ogółem: 331.36 g; W tym cukry: 29.81 g; Błonnik pok.: 62.95 g; Błonnik pok.: 30.19 g; Sól: 8.76 g; WW: 30.23 Por; : 17.06 %; : 51.88 %; Ener. z T: 33.10 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 3898.98 mg;	Wartość energetyczna: 1764.21 kcal; Białko ogółem: 74.25 g; Tłuszcz: 63.62 g; Kw. tł. nasy.: 23.04 g; Węglowodany ogółem: 235.06 g; W tym cukry: 29.81 g; Błonnik pok.: 30.91 g; Sól: 5.71 g; WW: 20.43 Por; : 16.84 %; : 53.29 %; Ener. z T: 32.46 %; Ener. z Bł.: 3.50 %; K: 3625.61 mg;	Wartość energetyczna: 2573.69 kcal; Białko ogółem: 95.73 g; Tłuszcz: 83.14 g; Kw. tł. nasy.: 35.46 g; Węglowodany ogółem: 375.57 g; W tym cukry: 118.24 g; Błonnik pok.: 21.54 g; Sól: 7.18 g; WW: 35.44 Por; : 14.88 %; : 58.37 %; Ener. z T: 29.07 %; Ener. z Bł.: 1.67 %; K: 3489.60 mg;	Wartość energetyczna: 2160.44 kcal; Białko ogółem: 84.59 g; Tłuszcz: 64.62 g; Kw. tł. nasy.: 28.05 g; Węglowodany ogółem: 316.25 g; W tym cukry: 78.46 g; Błonnik pok.: 19.72 g; Sól: 7.53 g; WW: 29.70 Por; : 15.66 %; : 58.55 %; Ener. z T: 26.92 %; Ener. z Bł.: 1.83 %; K: 3226.79 mg;	Wartość energetyczna: 1912.26 kcal; Białko ogółem: 70.58 g; Tłuszcz: 53.10 g; Kw. tł. nasy.: 16.78 g; Węglowodany ogółem: 295.28 g; W tym cukry: 59.64 g; Błonnik pok.: 19.72 g; Sól: 7.57 g; WW: 27.58 Por; : 14.76 %; : 61.77 %; Ener. z T: 24.99 %; Ener. z Bł.: 2.06 %; K: 2918.37 mg;	Wartość energetyczna: 2505.74 kcal; Białko ogółem: 64.02 g; Tłuszcz: 79.53 g; Kw. tł. nasy.: 26.25 g; Węglowodany ogółem: 394.19 g; W tym cukry: 95.45 g; Błonnik pok.: 29.95 g; Sól: 6.11 g; WW: 36.47 Por; : 10.22 %; : 62.93 %; Ener. z T: 28.57 %; Ener. z Bł.: 2.39 %; K: 4724.47 mg;	Wartość energetyczna: 2202.02 kcal; Białko ogółem: 70.57 g; Tłuszcz: 83.47 g; Kw. tł. nasy.: 30.68 g; Węglowodany ogółem: 293.29 g; W tym cukry: 52.63 g; Błonnik pok.: 12.95 g; Sól: 4.90 g; WW: 28.15 Por; : 12.82 %; : 53.28 %; Ener. z T: 34.11 %; Ener. z Bł.: 1.18 %; K: 2924.64 mg;	Wartość energetyczna: 2234.12 kcal; Białko ogółem: 85.34 g; Tłuszcz: 67.82 g; Kw. tł. nasy.: 26.86 g; Węglowodany ogółem: 329.04 g; W tym cukry: 78.73 g; Błonnik pok.: 24.88 g; Sól: 7.71 g; WW: 30.53 Por; : 15.28 %; : 58.91 %; Ener. z T: 27.32 %; Ener. z Bł.: 2.23 %; K: 3375.29 mg;

Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 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
2024-08-01 czwartek Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konszerwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konszerwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 60 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konszerwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konszerwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 60 g ( <b>MLE.</b> ) Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Kurczak gotowany-dr,prod ukt grubo rozdrobniony,parzony, z dod.białka, w osłonce niejadalnej. 30 g ( <b>JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Dżem 30 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>MLE.</b> )	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 25 g Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konszerwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konszerwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ.</b> )

Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 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	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <u>SOJ.</u> )									
2024-08-01 czwartek Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron z sosem bolognese z łyż wp* 300 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Sałata zielona z rzodkiewką i jogurtem 50 g ( <u>MLE.</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron z sosem bolognese z łyż wp-dieta* 300 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g	Szpinakowa z ziemniakami * ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron z sosem bolognese z łyż wp-dieta* 440 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g	Szpinakowa z ziemniakami * ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese z łyż wp-dieta* 300 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Sałata zielona z rzodkiewką i jogurtem 50 g ( <u>MLE.</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron z sosem bolognese z łyż wp-dieta* 300 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron z sosem bolognese z łyż wp-dieta* 300 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g	Szpinakowa z ziemniakami * (bez mleka) ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Makaron z sosem bolognese z łyż wp-dieta* 300 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g	Szpinakowa z ziemniakami * ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron z warzywami* 300 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g	Szpinakowa z ziemniakami *(bez glutenu) ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Makaron bezglutenowy z sosem bolognese z łyż wp-dieta* 300 g ( <u>SEL.</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron z sosem bolognese z łyż wp-dieta* 300 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g ( <u>SEL.</u> )
PD	Banan 1szt. 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> )				Banan 1szt. 1 szt		Mus z jabłek prażonych 150 g	

Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 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	
2024-08-01 czwartek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Pasztet z ciecierzycy * 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <u>MLE.</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-pszenny 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka piastowska-wędz onka wieprzowa, wędzo na, parzona z wodą dodaną. 80 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 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 ZYT.</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> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasztet z ciecierzycy * 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka piastowska-wędz onka wieprzowa, wędzo na, parzona z wodą dodaną. 60 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g ( <u>SEL.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka piastowska-wędz onka wieprzowa, wędzo na, parzona z wodą dodaną. 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</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-pszenny 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Pasztet z ciecierzycy * 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</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-pszenny 14 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g 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> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g 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-pszenny 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka piastowska-wędz onka wieprzowa, wędzo na, parzona z wodą dodaną. 80 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt					Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		
	Wartość energetyczna: 2420.43 kcal; Białko ogółem: 92.00 g; Tłuszcz: 78.38 g; Kw. tł. nasy.: 34.52 g; Węglowodany ogółem: 346.20 g; W tym cukry: 92.61 g; Błonnik pok.: 30.79 g; Sól: 7.66 g; WW: 31.77 Por; : 15.20 %; : 57.21 %; Ener. z T: 29.14 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 3768.00 mg;	Wartość energetyczna: 2301.12 kcal; Białko ogółem: 97.72 g; Tłuszcz: 63.30 g; Kw. tł. nasy.: 27.95 g; Węglowodany ogółem: 344.12 g; W tym cukry: 91.36 g; Błonnik pok.: 24.10 g; Sól: 8.99 g; WW: 32.23 Por; : 16.99 %; : 59.82 %; Ener. z T: 24.76 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 3713.88 mg;	Wartość energetyczna: 2629.47 kcal; Białko ogółem: 123.63 g; Tłuszcz: 81.95 g; Kw. tł. nasy.: 33.41 g; Węglowodany ogółem: 360.70 g; W tym cukry: 55.33 g; Błonnik pok.: 29.65 g; Sól: 12.17 g; WW: 33.30 Por; : 18.81 %; : 54.87 %; Ener. z T: 28.05 %; Ener. z Bł.: 2.26 %; K: 3501.12 mg;	Wartość energetyczna: 1996.21 kcal; Białko ogółem: 83.41 g; Tłuszcz: 69.32 g; Kw. tł. nasy.: 28.21 g; Węglowodany ogółem: 270.75 g; W tym cukry: 20.99 g; Błonnik pok.: 33.94 g; Sól: 7.87 g; WW: 23.89 Por; : 16.71 %; : 54.25 %; Ener. z T: 31.25 %; Ener. z Bł.: 3.40 %; K: 3209.86 mg;	Wartość energetyczna: 2389.79 kcal; Białko ogółem: 99.68 g; Tłuszcz: 68.82 g; Kw. tł. nasy.: 30.14 g; Węglowodany ogółem: 349.14 g; W tym cukry: 85.52 g; Błonnik pok.: 18.24 g; Sól: 6.62 g; WW: 33.20 Por; : 16.68 %; : 58.44 %; Ener. z T: 25.92 %; Ener. z Bł.: 1.53 %; K: 3102.34 mg;	Wartość energetyczna: 2309.31 kcal; Białko ogółem: 60.80 g; Kw. tł. nasy.: 27.41 g; Węglowodany ogółem: 351.52 g; W tym cukry: 117.98 g; Błonnik pok.: 20.59 g; Sól: 5.83 g; WW: 33.36 Por; : 16.07 %; : 60.89 %; Ener. z T: 23.70 %; Ener. z Bł.: 1.78 %; K: 3521.63 mg;	Wartość energetyczna: 2133.42 kcal; Białko ogółem: 49.94 g; Kw. tł. nasy.: 16.34 g; Węglowodany ogółem: 348.44 g; W tym cukry: 118.82 g; Błonnik pok.: 20.83 g; Sól: 5.68 g; WW: 32.93 Por; : 14.58 %; : 65.33 %; Ener. z T: 21.07 %; Ener. z Bł.: 1.95 %; K: 3229.48 mg;	Wartość energetyczna: 2318.49 kcal; Białko ogółem: 80.74 g; Tłuszcz: 65.86 g; Kw. tł. nasy.: 32.22 g; Węglowodany ogółem: 359.16 g; W tym cukry: 90.96 g; Błonnik pok.: 30.09 g; Sól: 6.69 g; WW: 31.33 Por; : 13.93 %; : 61.96 %; Ener. z T: 25.57 %; Ener. z Bł.: 2.60 %; K: 3474.29 mg;	Wartość energetyczna: 2143.34 kcal; Białko ogółem: 64.07 g; Tłuszcz: 65.47 g; Kw. tł. nasy.: 24.59 g; Węglowodany ogółem: 326.33 g; W tym cukry: 80.63 g; Błonnik pok.: 14.41 g; Sól: 5.32 g; WW: 31.33 Por; : 11.96 %; : 60.90 %; Ener. z T: 27.49 %; Ener. z Bł.: 1.34 %; K: 2945.42 mg;	Wartość energetyczna: 2123.89 kcal; Białko ogółem: 90.18 g; Tłuszcz: 59.36 g; Kw. tł. nasy.: 21.71 g; Węglowodany ogółem: 325.81 g; W tym cukry: 90.68 g; Błonnik pok.: 27.53 g; Sól: 9.14 g; WW: 29.84 Por; : 16.98 %; : 61.36 %; Ener. z T: 25.15 %; Ener. z Bł.: 2.59 %; K: 3271.28 mg;	

Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 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
2024-08-02 piątek Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE,</b> ) Przysmak śliwkowy do smarowania 25g 1 szt Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE,</b> ) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE,</b> ) Dżem 25 g 1 szt Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE,</b> ) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE,</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE,</b> ) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzony w osłonce 20 g ( <b>SOJ,</b> ) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE,</b> ) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzony w osłonce 20 g ( <b>SOJ,</b> ) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE,</b> ) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE,</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE,</b> ) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Dżem 25 g 2 szt Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE,</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE,</b> ) Sałata zielona 20 g Dżem 25 g 1 szt Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Makaron bezglutenowy na mleku 300 ml ( <b>MLE,</b> ) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE,</b> ) Dżem 25 g 1 szt Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE,</b> ) Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE,</b> ) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
	II ŚN			Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )						

Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 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
2024-08-02 piątek	Obiad	Krupnik jęczmienny * 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u> ) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g ( <u>RYB.</u> ) Warzywa po grecku* 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u> ) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g ( <u>RYB.</u> ) Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 g Warzywa po grecku* 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u> ) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 100 g Łosoś pieczony 80g 80 g ( <u>RYB.</u> ) Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 g Warzywa po grecku* 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u> ) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Brama) 70 g ( <u>RYB. może zawierać: SKO, MCK.</u> ) Warzywa po grecku* 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u> ) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g ( <u>RYB.</u> ) Warzywa po grecku* 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL, GLU JĘCZ.</u> ) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g ( <u>RYB.</u> ) Warzywa po grecku* 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u> ) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Kotlety sojowe 80 g ( <u>SOJ.</u> ) Surówka z kapusty młodej z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g ( <u>RYB.</u> ) Warzywa po grecku* (bez glutenu) 200 g ( <u>SEL.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u> ) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g ( <u>RYB.</u> ) Warzywa po grecku* 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
		PD	Pieczewo chrupkie ekstrudowane-żytnie 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt				Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> )		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt

Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 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	
2024-08-02 piątek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <b>SOJ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa parzony 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <b>SOJ.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 20 g ( <b>SOJ.</b> )	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 80 g Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 20 g ( <b>SOJ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 20 g ( <b>SOJ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 20 g ( <b>SOJ.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa parzony 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa parzony 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g
		PN	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>MLE.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE.</b> )			Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>MLE.</b> )	Chleb bezglutenowy 25 g Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ.</b> )

Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 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
2024-08-02 piątek	Wartość energetyczna: 2413.23 kcal; Białko ogółem: 89.73 g; Tłuszcz: 85.97 g; Kw. tł. nasy.: 36.42 g; Węglowodany ogółem: 333.04 g; W tym cukry: 96.57 g; Błonnik pok.: 29.50 g; Sól: 6.52 g; WW: 30.30 Por; : 14.87 %; : 55.20 %; Ener. z T: 32.06 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 3426.23 mg;	Wartość energetyczna: 2404.37 kcal; Białko ogółem: 93.49 g; Tłuszcz: 77.59 g; Kw. tł. nasy.: 31.44 g; Węglowodany ogółem: 347.54 g; W tym cukry: 109.80 g; Błonnik pok.: 28.31 g; Sól: 7.46 g; WW: 31.97 Por; : 15.55 %; : 57.82 %; Ener. z T: 29.04 %; Ener. z Bł.: 2.35 %; K: 3741.30 mg;	Wartość energetyczna: 2626.44 kcal; Białko ogółem: 115.38 g; Tłuszcz: 97.65 g; Kw. tł. nasy.: 39.01 g; Węglowodany ogółem: 338.98 g; W tym cukry: 78.65 g; Błonnik pok.: 35.55 g; Sól: 11.29 g; WW: 30.34 Por; : 17.57 %; : 51.63 %; Ener. z T: 33.46 %; Ener. z Bł.: 2.71 %; K: 4027.90 mg;	Wartość energetyczna: 1753.34 kcal; Białko ogółem: 82.02 g; Tłuszcz: 72.33 g; Kw. tł. nasy.: 26.28 g; Węglowodany ogółem: 208.59 g; W tym cukry: 42.36 g; Błonnik pok.: 30.46 g; Sól: 7.45 g; WW: 17.73 Por; : 18.71 %; : 47.59 %; Ener. z T: 37.13 %; Ener. z Bł.: 3.47 %; K: 3110.06 mg;	Wartość energetyczna: 2200.14 kcal; Białko ogółem: 80.26 g; Tłuszcz: 59.95 g; Kw. tł. nasy.: 26.86 g; Węglowodany ogółem: 346.01 g; W tym cukry: 107.38 g; Błonnik pok.: 24.26 g; Sól: 7.44 g; WW: 32.12 Por; : 14.59 %; : 62.91 %; Ener. z T: 24.52 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 3228.58 mg;	Wartość energetyczna: 2345.55 kcal; Białko ogółem: 91.56 g; Tłuszcz: 76.78 g; Kw. tł. nasy.: 31.33 g; Węglowodany ogółem: 334.12 g; W tym cukry: 109.16 g; Błonnik pok.: 23.15 g; Sól: 6.79 g; WW: 31.13 Por; : 15.61 %; : 56.98 %; Ener. z T: 29.46 %; Ener. z Bł.: 1.97 %; K: 3590.80 mg;	Wartość energetyczna: 2078.06 kcal; Białko ogółem: 66.69 g; Tłuszcz: 66.88 g; Kw. tł. nasy.: 19.92 g; Węglowodany ogółem: 314.40 g; W tym cukry: 116.39 g; Błonnik pok.: 22.62 g; Sól: 5.31 g; WW: 29.23 Por; : 12.84 %; : 60.52 %; Ener. z T: 28.97 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 3026.17 mg;	Wartość energetyczna: 2318.73 kcal; Białko ogółem: 87.42 g; Tłuszcz: 70.48 g; Kw. tł. nasy.: 33.31 g; Węglowodany ogółem: 345.82 g; W tym cukry: 106.78 g; Błonnik pok.: 33.27 g; Sól: 7.09 g; WW: 31.32 Por; : 15.08 %; : 59.66 %; Ener. z T: 27.36 %; Ener. z Bł.: 2.87 %; K: 3164.11 mg;	Wartość energetyczna: 2385.93 kcal; Białko ogółem: 75.50 g; Tłuszcz: 84.02 g; Kw. tł. nasy.: 30.64 g; Węglowodany ogółem: 337.66 g; W tym cukry: 106.66 g; Błonnik pok.: 16.90 g; Sól: 4.84 g; WW: 32.10 Por; : 12.66 %; : 56.61 %; Ener. z T: 31.69 %; Ener. z Bł.: 1.42 %; K: 3237.18 mg;	Wartość energetyczna: 2315.12 kcal; Białko ogółem: 90.23 g; Tłuszcz: 68.19 g; Kw. tł. nasy.: 25.22 g; Węglowodany ogółem: 349.92 g; W tym cukry: 108.79 g; Błonnik pok.: 28.31 g; Sól: 9.27 g; WW: 32.23 Por; : 15.59 %; : 60.46 %; Ener. z T: 26.51 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 3638.90 mg;
2024-08-03 sobota	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> ) Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> ) Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> ) Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenno 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Marynowany- wędzonka 14 g więprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</b> ) Sałata zielona 20 g Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> ) Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynka 14 g Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Arbuz 150 g Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> ) Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Arbuz 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> ) Arbuz 150 g
II ŚN				Arbuz 150 g						



Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 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
2024-08-03 sobota	Obiad	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g ( <b>SEL.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa ( ) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane ( ) 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa ( ) 250 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane ( ) 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 100 g Potrawka drobiowa ( ) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa ( ) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa ( ) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane ( ) 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Risotto wegetariańskie* 350 g ( <b>SEL.</b> ) Sos ziołowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) (*) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa ( ) (bez glutenu) 150 g ( <b>SEL.</b> ) Buraczki gotowane ( ) 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa ( ) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane ( ) 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
		PD	Jogurt typu islandzkiego różne smaki Skyr 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )		Jogurt typu islandzkiego różne smaki Skyr 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <b>SOJ.</b> )	Jogurt typu islandzkiego różne smaki Skyr 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )		
		Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wędzonych pieczony 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</b> ) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Twarożek z natką pietruszki 60 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Marchew gotowana z olejem* 80 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Ser topiony 80 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml

Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa
PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt					Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt				
	Wartość energetyczna: 2355.78 kcal; Białko ogółem: 88.60 g; Tłuszcz: 73.03 g; Kw. tł. nasy.: 28.89 g; Węglowodany ogółem: 346.78 g; W tym cukry: 119.66 g; Błonnik pok.: 23.73 g; Sól: 7.96 g; WW: 32.42 Por; : 15.04 %; : 58.88 %; Ener. z T: 27.90 %; Ener. z Bł.: 2.01 %; K: 3205.72 mg;	Wartość energetyczna: 2374.05 kcal; Białko ogółem: 96.49 g; Tłuszcz: 58.19 g; Kw. tł. nasy.: 26.17 g; Węglowodany ogółem: 379.77 g; W tym cukry: 136.06 g; Błonnik pok.: 24.74 g; Sól: 7.91 g; WW: 35.63 Por; : 16.26 %; : 63.99 %; Ener. z T: 22.06 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 4000.75 mg;	Wartość energetyczna: 2637.32 kcal; Białko ogółem: 126.78 g; Tłuszcz: 70.88 g; Kw. tł. nasy.: 33.62 g; Węglowodany ogółem: 390.58 g; W tym cukry: 132.10 g; Błonnik pok.: 31.49 g; Sól: 8.39 g; WW: 35.99 Por; : 19.23 %; : 59.24 %; Ener. z T: 24.19 %; Ener. z Bł.: 2.39 %; K: 4567.26 mg;	Wartość energetyczna: 1721.25 kcal; Białko ogółem: 81.96 g; Tłuszcz: 52.52 g; Kw. tł. nasy.: 18.91 g; Węglowodany ogółem: 245.78 g; W tym cukry: 66.36 g; Błonnik pok.: 32.22 g; Sól: 7.41 g; WW: 21.33 Por; : 19.05 %; : 57.12 %; Ener. z T: 27.46 %; Ener. z Bł.: 3.74 %; K: 3509.57 mg;	Wartość energetyczna: 2334.74 kcal; Białko ogółem: 85.78 g; Tłuszcz: 62.74 g; Kw. tł. nasy.: 27.99 g; Węglowodany ogółem: 368.35 g; W tym cukry: 99.49 g; Błonnik pok.: 23.25 g; Sól: 7.50 g; WW: 34.65 Por; : 14.70 %; : 63.11 %; Ener. z T: 24.19 %; Ener. z Bł.: 1.99 %; K: 3565.34 mg;	Wartość energetyczna: 2310.53 kcal; Białko ogółem: 94.43 g; Tłuszcz: 58.62 g; Kw. tł. nasy.: 24.04 g; Węglowodany ogółem: 362.50 g; W tym cukry: 130.28 g; Błonnik pok.: 19.24 g; Sól: 6.49 g; WW: 34.38 Por; : 16.35 %; : 62.76 %; Ener. z T: 22.83 %; Ener. z Bł.: 1.67 %; K: 3606.63 mg;	Wartość energetyczna: 1988.67 kcal; Białko ogółem: 75.96 g; Tłuszcz: 38.11 g; Kw. tł. nasy.: 12.48 g; Węglowodany ogółem: 346.42 g; W tym cukry: 128.83 g; Błonnik pok.: 20.18 g; Sól: 5.97 g; WW: 32.61 Por; : 15.28 %; : 69.68 %; Ener. z T: 17.25 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 3420.70 mg;	Wartość energetyczna: 2571.11 kcal; Białko ogółem: 85.91 g; Tłuszcz: 81.44 g; Kw. tł. nasy.: 36.54 g; Węglowodany ogółem: 388.79 g; W tym cukry: 137.12 g; Błonnik pok.: 28.05 g; Sól: 6.03 g; WW: 36.15 Por; : 13.36 %; : 60.49 %; Ener. z T: 28.51 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 3921.44 mg;	Wartość energetyczna: 2259.14 kcal; Białko ogółem: 76.80 g; Tłuszcz: 61.67 g; Kw. tł. nasy.: 23.82 g; Węglowodany ogółem: 356.39 g; W tym cukry: 126.13 g; Błonnik pok.: 16.46 g; Sól: 5.83 g; WW: 34.08 Por; : 13.60 %; : 63.10 %; Ener. z T: 24.57 %; Ener. z Bł.: 1.46 %; K: 3463.97 mg;	Wartość energetyczna: 2179.67 kcal; Białko ogółem: 92.21 g; Tłuszcz: 48.74 g; Kw. tł. nasy.: 20.05 g; Węglowodany ogółem: 357.36 g; W tym cukry: 119.70 g; Błonnik pok.: 25.75 g; Sól: 7.77 g; WW: 33.29 Por; : 16.92 %; : 65.58 %; Ener. z T: 20.13 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 4030.73 mg;

2024-08-03 sobota

Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 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	
2024-08-04 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w ostonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekami z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 0,5 szt ( <b>JAJ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w ostonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekami z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 0,5 szt ( <b>JAJ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w ostonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Ser mozzarella kulki 50 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekami z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 0,5 szt ( <b>JAJ.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w ostonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 100 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza jęczmienna na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w ostonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w ostonce niejadalnej 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekami z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 0,5 szt ( <b>JAJ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wę dz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Jajko gotowane kl M 0,5 szt ( <b>JAJ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 60 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekami z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 0,5 szt ( <b>JAJ.</b> )	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona w ostonce niejadalnej 80 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Chleb bezglutenowy 25 g Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 0,5 szt ( <b>JAJ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w ostonce niejadalnej 80 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekami z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> ) Wafle ryżowe 30 g
		II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Półdewica Sopotcka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 30 g ( <b>SOJ.</b> )						

Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 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
2024-08-04 niedziela Obiad	Pomidorowa z zacierką * 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Kotlet schabowy 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Mizeria 100 g ( <b>MLE.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką * 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Schab gotowany 70 g Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g ( <b>SEL.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos własny () 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )	Pomidorowa z zacierką * 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Schab gotowany 70 g Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 100 g Mizeria 100 g ( <b>MLE.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Sos własny () 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )	Pomidorowa z zacierką * 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Schab gotowany 70 g Sos własny () 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g ( <b>SEL.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką * 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Schab gotowany 70 g Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g ( <b>SEL.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos własny () 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )	Pomidorowa z zacierką * 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Schab gotowany 70 g Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g ( <b>SEL.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos własny () 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )	Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Schab gotowany 70 g Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g ( <b>SEL.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos własny () 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )	Pomidorowa z zacierką * 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Kotlety sojowe 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Mizeria 200 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu)* 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Schab gotowany 70 g Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g ( <b>SEL.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos własny (bez glutenu) 70 ml	Pomidorowa z zacierką * 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Schab gotowany 80 g Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g ( <b>SEL.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos własny () 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )
PD	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )					Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )		

Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 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	
2024-08-04 niedziela	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> )	Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 150 g Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> )	Twarożek 80 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g ( <b>MLE.</b> ) Mus z jabłek prażonych 80 g	Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 150 g Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> )	Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Jabłko 150 g Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 150 g Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> )	Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 150 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g ( <b>MLE.</b> ) Mus z jabłek prażonych 150 g Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	
	Wartość energetyczna: 2319.80 kcal; Białko ogółem: 83.40 g; Tłuszcz: 87.59 g; Kw. tł. nasy.: 37.26 g; Węglowodany ogółem: 309.30 g; W tym cukry: 81.21 g; Błonnik pok.: 25.87 g; Sól: 6.84 g; WW: 28.32 Por.; 14.38 %; 53.33 %; Ener. z T: 33.98 %; Ener. z Bł.: 2.23 %; K: 3597.13 mg;	Wartość energetyczna: 2361.08 kcal; Białko ogółem: 95.57 g; Tłuszcz: 82.42 g; Kw. tł. nasy.: 36.52 g; Węglowodany ogółem: 321.24 g; W tym cukry: 84.67 g; Błonnik pok.: 27.84 g; Sól: 6.58 g; WW: 29.34 Por.; 16.19 %; 54.42 %; Ener. z T: 31.42 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 3989.57 mg;	Wartość energetyczna: 2501.88 kcal; Białko ogółem: 105.18 g; Tłuszcz: 88.89 g; Kw. tł. nasy.: 40.11 g; Węglowodany ogółem: 335.12 g; W tym cukry: 85.19 g; Błonnik pok.: 33.00 g; Sól: 8.81 g; WW: 30.26 Por.; 16.82 %; 53.58 %; Ener. z T: 31.98 %; Ener. z Bł.: 2.64 %; K: 4124.07 mg;	Wartość energetyczna: 1599.68 kcal; Białko ogółem: 84.20 g; Tłuszcz: 62.20 g; Kw. tł. nasy.: 29.18 g; Węglowodany ogółem: 189.17 g; W tym cukry: 29.23 g; Błonnik pok.: 26.92 g; Sól: 8.42 g; WW: 16.23 Por.; 21.06 %; 47.30 %; Ener. z T: 34.99 %; Ener. z Bł.: 3.37 %; K: 3170.31 mg;	Wartość energetyczna: 2301.27 kcal; Białko ogółem: 93.39 g; Tłuszcz: 69.51 g; Kw. tł. nasy.: 32.38 g; Węglowodany ogółem: 336.15 g; W tym cukry: 108.25 g; Błonnik pok.: 18.68 g; Sól: 6.24 g; WW: 31.75 Por.; 16.23 %; 58.43 %; Ener. z T: 27.19 %; Ener. z Bł.: 1.62 %; K: 3600.87 mg;	Wartość energetyczna: 2301.30 kcal; Białko ogółem: 94.20 g; Tłuszcz: 79.98 g; Kw. tł. nasy.: 35.77 g; Węglowodany ogółem: 309.98 g; W tym cukry: 83.86 g; Błonnik pok.: 21.03 g; Sól: 5.90 g; WW: 28.89 Por.; 16.37 %; 53.88 %; Ener. z T: 31.28 %; Ener. z Bł.: 1.83 %; K: 3797.32 mg;	Wartość energetyczna: 1908.20 kcal; Białko ogółem: 73.02 g; Tłuszcz: 51.53 g; Kw. tł. nasy.: 17.22 g; Węglowodany ogółem: 297.20 g; W tym cukry: 111.70 g; Błonnik pok.: 23.99 g; Sól: 7.01 g; WW: 27.31 Por.; 15.31 %; 62.30 %; Ener. z T: 24.31 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 3176.97 mg;	Wartość energetyczna: 2272.20 kcal; Białko ogółem: 92.08 g; Tłuszcz: 73.57 g; Kw. tł. nasy.: 40.80 g; Węglowodany ogółem: 318.31 g; W tym cukry: 80.20 g; Błonnik pok.: 27.38 g; Sól: 5.81 g; WW: 29.08 Por.; 16.21 %; 56.03 %; Ener. z T: 29.14 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 3372.96 mg;	Wartość energetyczna: 1962.84 kcal; Białko ogółem: 62.91 g; Tłuszcz: 68.40 g; Kw. tł. nasy.: 26.16 g; Węglowodany ogółem: 280.26 g; W tym cukry: 66.10 g; Błonnik pok.: 17.75 g; Sól: 5.78 g; WW: 26.20 Por.; 12.82 %; 57.11 %; Ener. z T: 31.36 %; Ener. z Bł.: 1.81 %; K: 3139.08 mg;	Wartość energetyczna: 2232.72 kcal; Białko ogółem: 92.26 g; Tłuszcz: 63.47 g; Kw. tł. nasy.: 24.29 g; Węglowodany ogółem: 337.78 g; W tym cukry: 101.17 g; Błonnik pok.: 24.93 g; Sól: 6.29 g; WW: 31.24 Por.; 16.53 %; 60.51 %; Ener. z T: 25.59 %; Ener. z Bł.: 2.23 %; K: 3671.77 mg;	

Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-07-29 poniedziałek	Śniadanie	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> <b><u>GLU ZYT.</u></b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b><u>MLE.</u></b> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobiony parzony, wędzony 25 g ( <b><u>SOJ.</u></b> <b><u>może zawierać:</u></b> <b><u>GLU PSZ., JAJ.</u></b> <b><u>OZI, MLE, SEL.</u></b> <b><u>GOR, SEZ.</u></b> ) Marchew gotowana z olejem* 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> <b><u>GLU ZYT.</u></b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b><u>MLE.</u></b> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobiony parzony, wędzony 25 g ( <b><u>SOJ.</u></b> <b><u>może zawierać:</u></b> <b><u>GLU PSZ., JAJ.</u></b> <b><u>OZI, MLE, SEL.</u></b> <b><u>GOR, SEZ.</u></b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 80 g ( <b><u>SOJ.</u></b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> <b><u>GLU ZYT.</u></b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 80 g ( <b><u>SOJ.</u></b> ) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN				Jabłko 150 g

Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA STARACHOWICE

2024-07-29 poniedziałek

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

Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	
2024-07-29 poniedziałek	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta warzywna* 60 g ( <u>SEL.</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g 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	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ZYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g 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 b/c 250 ml
		Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ZYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Szynka Konserwowa wieprzowa,produk t blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <u>SOJ.</u> )		
PN					



Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-07-29 poniedziałek	Wartość energetyczna: 1800.91 kcal; Białko ogółem: 46.12 g; Tłuszcz: 27.52 g; Kw. tł. nasy.: 12.26 g; Węglowodany ogółem: 354.94 g; W tym cukry: 136.17 g; Błonnik pok.: 23.36 g; Sól: 3.88 g; WW: 33.28 Por; : 10.24 %; : 78.84 %; Ener. z T: 13.75 %; Ener. z Bł.: 2.59 %; K: 2003.32 mg;	Wartość energetyczna: 1836.54 kcal; Białko ogółem: 39.67 g; Tłuszcz: 28.81 g; Kw. tł. nasy.: 12.51 g; Węglowodany ogółem: 367.83 g; W tym cukry: 124.54 g; Błonnik pok.: 26.27 g; Sól: 4.11 g; WW: 34.26 Por; : 8.64 %; : 80.11 %; Ener. z T: 14.12 %; Ener. z Bł.: 2.86 %; K: 2642.63 mg;	Wartość energetyczna: 2003.42 kcal; Białko ogółem: 64.41 g; Tłuszcz: 48.83 g; Kw. tł. nasy.: 13.18 g; Węglowodany ogółem: 335.36 g; W tym cukry: 100.24 g; Błonnik pok.: 25.27 g; Sól: 7.09 g; WW: 31.11 Por; : 12.86 %; : 66.96 %; Ener. z T: 21.94 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 2903.24 mg;	Wartość energetyczna: 1619.85 kcal; Białko ogółem: 64.63 g; Tłuszcz: 42.84 g; Kw. tł. nasy.: 12.20 g; Węglowodany ogółem: 260.19 g; W tym cukry: 56.52 g; Błonnik pok.: 35.74 g; Sól: 9.35 g; WW: 22.44 Por; : 15.96 %; : 64.25 %; Ener. z T: 23.80 %; Ener. z Bł.: 4.41 %; K: 3356.38 mg;
2024-07-30 wtorek	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLUPSZ. GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Nektarynka 1 szt 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLUPSZ. GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Nektarynka 1 szt 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLUPSZ. GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Nektarynka 1 szt 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLUPSZ. GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
II ŚN				Nektarynka 1 szt 1 szt

Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	
2024-07-30 wtorek	Obiad	<p>Jarzynowa z zacierką *-dieta (bez mleka) 400 ml (<b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b>)</p> <p>Pyzy ziemniaczane* 250 g</p> <p>Sos pietruszkowy* 50 ml (<b>GLU PSZ, MLE.</b>)</p> <p>Marchew oprószana z olejem* 200 g (<b>GLU PSZ.</b>)</p> <p>Herbata ekspresowa owocowa</p> <p>Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Jarzynowa z zacierką *-dieta (bez mleka) 400 ml (<b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b>)</p> <p>Pyzy ziemniaczane* 250 g</p> <p>Sos pietruszkowy* 50 ml (<b>GLU PSZ, MLE.</b>)</p> <p>Marchew oprószana z olejem* 200 g (<b>GLU PSZ.</b>)</p> <p>Herbata ekspresowa owocowa</p> <p>Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Jarzynowa z zacierką *-dieta (bez mleka) 400 ml (<b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b>)</p> <p>Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g</p> <p>Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g</p> <p>Sos pietruszkowy (bez mleka)* 50 ml (<b>GLU PSZ.</b>)</p> <p>Marchew oprószana z olejem* 200 g (<b>GLU PSZ.</b>)</p> <p>Herbata ekspresowa owocowa</p> <p>Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Jarzynowa z zacierką (bez mleka) (*) 400 ml (<b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b>)</p> <p>Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 100 g</p> <p>Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g</p> <p>Sos pietruszkowy (bez mleka)* 50 ml (<b>GLU PSZ.</b>)</p> <p>Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g</p> <p>Herbata ekspresowa owocowa</p> <p>Cateringowa b/c 250 ml</p>
	PD	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Dżem 25 g</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Dżem 30 g</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g</p> <p>Szynkowa dębowa drobiowa</p> <p>kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g</p>	

Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	
2024-07-30 wtorek	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ.</b> <b>GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produk t blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 25 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałatka wiosenna - diety 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ.</b> <b>GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produk t blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 25 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałatka wiosenna - diety 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ.</b> <b>GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynka Konserwowa wieprzowa, produk t blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałatka wiosenna - diety 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> <b>GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Szynka Konserwowa wieprzowa, produk t blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałatka wiosenna 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		PN	Sok owocowy pasteryzowany 0,3L 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
	Wartość energetyczna: 1943.98 kcal; Białko ogółem: 43.18 g; Tłuszcz: 51.28 g; Kw. tł. nasy.: 19.32 g; Węglowodany ogółem: 334.79 g; W tym cukry: 64.51 g; Błonnik pok.: 24.01 g; Sól: 6.35 g; WW: 31.27 Por; : 8.88 %; : 68.89 %; Ener. z T: 23.74 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 1600.37 mg;	Wartość energetyczna: 1880.47 kcal; Białko ogółem: 45.70 g; Tłuszcz: 52.27 g; Kw. tł. nasy.: 17.72 g; Węglowodany ogółem: 316.43 g; W tym cukry: 70.37 g; Błonnik pok.: 22.64 g; Sól: 8.43 g; WW: 29.52 Por; : 9.72 %; : 67.31 %; Ener. z T: 25.02 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 1908.11 mg;	Wartość energetyczna: 1916.36 kcal; Białko ogółem: 76.07 g; Tłuszcz: 64.56 g; Kw. tł. nasy.: 18.76 g; Węglowodany ogółem: 271.89 g; W tym cukry: 60.80 g; Błonnik pok.: 25.68 g; Sól: 10.28 g; WW: 24.76 Por; : 15.88 %; : 56.75 %; Ener. z T: 30.32 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 3244.32 mg;	Wartość energetyczna: 1579.93 kcal; Białko ogółem: 70.25 g; Tłuszcz: 64.89 g; Kw. tł. nasy.: 16.09 g; Węglowodany ogółem: 194.88 g; W tym cukry: 31.93 g; Błonnik pok.: 29.90 g; Sól: 9.71 g; WW: 16.55 Por; : 17.79 %; : 49.34 %; Ener. z T: 36.97 %; Ener. z Bł.: 3.78 %; K: 3026.40 mg;	

Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	
2024-07-31 środa	Śniadanie	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> <b><u>GLU ZYT.</u></b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b><u>MLE.</u></b> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <b><u>MLE.</u></b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> <b><u>GLU ZYT.</u></b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b><u>MLE.</u></b> ) Połudwica Sopocka wieprzowa, wędzo na parzona z dodatkiem wody. 30 g ( <b><u>SOJ.</u></b> <b><u>MLE.</u></b> )	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> <b><u>GLU ZYT.</u></b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b><u>MLE.</u></b> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <b><u>MLE.</u></b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> <b><u>GLU ZYT.</u></b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b><u>MLE.</u></b> ) Połudwica Sopocka wieprzowa, wędzo na parzona z dodatkiem wody. 30 g ( <b><u>SOJ.</u></b> <b><u>MLE.</u></b> )	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 80 g ( <b><u>SOJ.</u></b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> <b><u>GLU ZYT.</u></b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b><u>JAJ.</u></b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> <b><u>GLU ZYT.</u></b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 80 g ( <b><u>SOJ.</u></b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
					Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> <b><u>GLU ZYT.</u></b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Jajko gotowane kl M 0,5 szt ( <b><u>JAJ.</u></b> )

Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	
2024-07-31 środa	Obiad	Ziemniaczana * () 400 ml ( <b><u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u></b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b><u>GLU JĘCZ.</u></b> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <b><u>GLU PSZ. SEL.</u></b> ) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml ( <b><u>GLU PSZ. SEL.</u></b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b><u>GLU JĘCZ.</u></b> ) Pulpet wieprzowy 70 g ( <b><u>GLU PSZ. JAJ.</u></b> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <b><u>GLU PSZ. SEL.</u></b> ) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml ( <b><u>GLU PSZ. SEL.</u></b> ) Kasza bulgur 100 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> ) Pulpet wieprzowy 70 g ( <b><u>GLU PSZ. JAJ.</u></b> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <b><u>GLU PSZ. SEL.</u></b> ) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	
		Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt			
2024-07-31 środa	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b><u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u></b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b><u>MLE.</u></b> ) Pasta warzywna* 60 g ( <b><u>SEL.</u></b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b><u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u></b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b><u>MLE.</u></b> ) Pasta warzywna* 60 g ( <b><u>SEL.</u></b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 80 g ( <b><u>SOJ.</u></b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b><u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u></b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Paprykarz szczeciński 80 g ( <b><u>RYB. SOJ.</u></b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml

Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-07-31 środa	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			
		Wartość energetyczna: 1729.11 kcal; Białko ogółem: 45.12 g; Tłuszcz: 39.64 g; Kw. tł. nasy.: 14.30 g; Węglowodany ogółem: 306.85 g; W tym cukry: 67.05 g; Błonnik pok.: 25.04 g; Sól: 5.45 g; WW: 28.19 Por; : 10.44 %; : 70.98 %; Ener. z T: 20.63 %; Ener. z Bł.: 2.90 %; K: 2496.31 mg;	Wartość energetyczna: 1859.16 kcal; Białko ogółem: 46.58 g; Tłuszcz: 50.70 g; Kw. tł. nasy.: 21.50 g; Węglowodany ogółem: 314.18 g; W tym cukry: 72.33 g; Błonnik pok.: 27.00 g; Sól: 5.50 g; WW: 28.74 Por; : 10.02 %; : 67.60 %; Ener. z T: 24.54 %; Ener. z Bł.: 2.90 %; K: 3014.49 mg;	Wartość energetyczna: 2000.58 kcal; Białko ogółem: 73.52 g; Tłuszcz: 67.85 g; Kw. tł. nasy.: 21.74 g; Węglowodany ogółem: 280.36 g; W tym cukry: 67.22 g; Błonnik pok.: 19.00 g; Sól: 7.93 g; WW: 26.18 Por; : 14.70 %; : 56.06 %; Ener. z T: 30.52 %; Ener. z Bł.: 1.90 %; K: 2940.24 mg;	Wartość energetyczna: 1725.39 kcal; Białko ogółem: 68.52 g; Tłuszcz: 54.34 g; Kw. tł. nasy.: 15.00 g; Węglowodany ogółem: 253.27 g; W tym cukry: 44.92 g; Błonnik pok.: 35.29 g; Sól: 7.11 g; WW: 21.84 Por; : 15.88 %; : 58.72 %; Ener. z T: 28.35 %; Ener. z Bł.: 4.09 %; K: 3638.08 mg;

Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-08-01 czwartek Śniadanie	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> <b><u>GLU ZYT.</u></b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b><u>MLE.</u></b> ) Twarożek 30 g ( <b><u>MLE.</u></b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> <b><u>GLU ZYT.</u></b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b><u>MLE.</u></b> ) Miód 30 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> <b><u>GLU ZYT.</u></b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b><u>MLE.</u></b> ) Twarożek 30 g ( <b><u>MLE.</u></b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> <b><u>GLU ZYT.</u></b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b><u>MLE.</u></b> ) Miód 30 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobiona 80 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> ) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g ( <b><u>SOJ.</u></b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> <b><u>GLU ZYT.</u></b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobiona 80 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml

Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-08-01 czwartek	II ŚN				Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u></b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Szynka zielonogórska-wp. parzona 30 g ( <b><u>SOJ.</u></b> )
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) () 400 ml ( <b><u>GLU PSZ, SEL.</u></b> ) Makaron z warzywami*. 300 g ( <b><u>GLU PSZ, MLE.</u></b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) () 400 ml ( <b><u>GLU PSZ, SEL.</u></b> ) Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 300 g ( <b><u>GLU PSZ, SEL.</u></b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) () 400 ml ( <b><u>GLU PSZ, SEL.</u></b> ) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese z łop wp-dieta* 300 g ( <b><u>GLU PSZ, SEL.</u></b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g	
	PD	Banan 1szt. 1 szt			Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u></b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 30 g ( <b><u>SOJ.</u></b> )



Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	
2024-08-01 czwartek	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ.</b> <b>GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka piastowska-wędz onka wieprzowa, wędzo na, parzona z wodą dodaną. 30 g ( <b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ.</b> <b>GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka piastowska-wędz onka wieprzowa, wędzo na, parzona z wodą dodaną. 30 g ( <b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobiona 80 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> <b>GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobiona 80 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		PN	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
	Wartość energetyczna: 1819.42 kcal; Białko ogółem: 47.77 g; Tłuszcz: 28.10 g; Kw. tł. nasy.: 13.97 g; Węglowodany ogółem: 353.72 g; W tym cukry: 104.08 g; Błonnik pok.: 26.05 g; Sól: 4.37 g; WW: 32.93 Por; : 10.50 %; : 77.77 %; Ener. z T: 13.90 %; Ener. z Bł.: 2.86 %; K: 2598.52 mg;	Wartość energetyczna: 1870.15 kcal; Białko ogółem: 50.05 g; Tłuszcz: 40.01 g; Kw. tł. nasy.: 21.41 g; Węglowodany ogółem: 340.48 g; W tym cukry: 81.79 g; Błonnik pok.: 24.33 g; Sól: 6.37 g; WW: 31.73 Por; : 10.70 %; : 72.82 %; Ener. z T: 19.25 %; Ener. z Bł.: 2.60 %; K: 3080.52 mg;	Wartość energetyczna: 1988.75 kcal; Białko ogółem: 89.77 g; Tłuszcz: 52.26 g; Kw. tł. nasy.: 16.90 g; Węglowodany ogółem: 296.91 g; W tym cukry: 80.45 g; Błonnik pok.: 16.57 g; Sól: 9.47 g; WW: 28.14 Por; : 18.05 %; : 59.72 %; Ener. z T: 23.65 %; Ener. z Bł.: 1.67 %; K: 3165.78 mg;	Wartość energetyczna: 1765.96 kcal; Białko ogółem: 89.68 g; Tłuszcz: 51.47 g; Kw. tł. nasy.: 16.28 g; Węglowodany ogółem: 247.83 g; W tym cukry: 16.31 g; Błonnik pok.: 27.72 g; Sól: 11.14 g; WW: 22.13 Por; : 20.31 %; : 56.13 %; Ener. z T: 26.23 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 2890.74 mg;	

Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-08-02 piątek Śniadanie	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> <b><u>GLU ZYT.</u></b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b><u>MLE.</u></b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b><u>MLE.</u></b> ) Dżem 25 g 1 szt Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> <b><u>GLU ZYT.</u></b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b><u>MLE.</u></b> ) Dżem 25 g 2 szt Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Dżem 25 g 2 szt Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> <b><u>GLU ZYT.</u></b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 80 g ( <b><u>SOJ.</u></b> ) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
II ŚN				Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml

Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA STARACHOWICE

2024-08-02 piątek

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

Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-08-02 piątek	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 25 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <b>SOJ.</b> )
	PN	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ.</b> )

Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-08-02 piątek	Wartość energetyczna: 1989.22 kcal; Białko ogółem: 56.01 g; Tłuszcz: 43.49 g; Kw. tł. nasy.: 19.44 g; Węglowodany ogółem: 358.91 g; W tym cukry: 97.13 g; Błonnik pok.: 29.69 g; Sól: 6.25 g; WW: 32.94 Por; : 11.26 %; : 72.17 %; Ener. z T: 19.68 %; Ener. z Bł.: 2.98 %; K: 2962.37 mg;	Wartość energetyczna: 2059.79 kcal; Białko ogółem: 40.13 g; Tłuszcz: 47.11 g; Kw. tł. nasy.: 21.00 g; Węglowodany ogółem: 385.38 g; W tym cukry: 106.24 g; Błonnik pok.: 30.73 g; Sól: 5.32 g; WW: 35.57 Por; : 7.79 %; : 74.84 %; Ener. z T: 20.58 %; Ener. z Bł.: 2.98 %; K: 3041.11 mg;	Wartość energetyczna: 1980.90 kcal; Białko ogółem: 64.59 g; Tłuszcz: 66.56 g; Kw. tł. nasy.: 19.82 g; Węglowodany ogółem: 292.76 g; W tym cukry: 116.18 g; Błonnik pok.: 22.28 g; Sól: 5.19 g; WW: 27.10 Por; : 13.04 %; : 59.12 %; Ener. z T: 30.24 %; Ener. z Bł.: 2.25 %; K: 3017.55 mg;	Wartość energetyczna: 1803.35 kcal; Białko ogółem: 69.68 g; Tłuszcz: 77.84 g; Kw. tł. nasy.: 21.05 g; Węglowodany ogółem: 221.20 g; W tym cukry: 58.41 g; Błonnik pok.: 31.00 g; Sól: 7.45 g; WW: 19.05 Por; : 15.46 %; : 49.06 %; Ener. z T: 38.85 %; Ener. z Bł.: 3.44 %; K: 2672.89 mg;
2024-08-03 sobota	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLUPSZ. GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 25 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Arbuz 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLUPSZ. GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 25 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Arbuz 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLUPSZ. GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Arbuz 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLUPSZ. GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
II ŚN				Arbuz 150 g

Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
Obiad	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Risotto wegetariańskie* 300 g ( <b>SEL.</b> ) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Risotto wegetariańskie* 300 g ( <b>SEL.</b> ) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 100 g Potrawka drobiowa () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml
PD	Chrupki kukurydziane 20 g		Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <b>SOJ.</b> )	Chrupki kukurydziane 20 g
Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 25 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 25 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml

Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-08-03 sobota	PN			
	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt			
	Wartość energetyczna: 1762.91 kcal; Białko ogółem: 43.94 g; Tłuszcz: 36.74 g; Kw. tł. nasy.: 14.06 g; Węglowodany ogółem: 329.46 g; W tym cukry: 95.15 g; Błonnik pok.: 27.27 g; Sól: 4.92 g; WW: 30.18 Por; : 9.97 %; : 74.75 %; Ener. z T: 18.76 %; Ener. z Bł.: 3.09 %; K: 3299.52 mg;	Wartość energetyczna: 1834.44 kcal; Białko ogółem: 44.53 g; Tłuszcz: 42.43 g; Kw. tł. nasy.: 18.40 g; Węglowodany ogółem: 334.96 g; W tym cukry: 99.31 g; Błonnik pok.: 28.97 g; Sól: 4.95 g; WW: 30.58 Por; : 9.71 %; : 73.04 %; Ener. z T: 20.82 %; Ener. z Bł.: 3.16 %; K: 3741.12 mg;	Wartość energetyczna: 2084.32 kcal; Białko ogółem: 76.13 g; Tłuszcz: 49.89 g; Kw. tł. nasy.: 16.82 g; Węglowodany ogółem: 347.19 g; W tym cukry: 111.23 g; Błonnik pok.: 26.38 g; Sól: 7.75 g; WW: 32.14 Por; : 14.61 %; : 66.63 %; Ener. z T: 21.54 %; Ener. z Bł.: 2.53 %; K: 3816.13 mg;	Wartość energetyczna: 1701.64 kcal; Białko ogółem: 65.12 g; Tłuszcz: 51.36 g; Kw. tł. nasy.: 14.69 g; Węglowodany ogółem: 261.17 g; W tym cukry: 64.83 g; Błonnik pok.: 33.89 g; Sól: 7.36 g; WW: 22.75 Por; : 15.31 %; : 61.39 %; Ener. z T: 27.17 %; Ener. z Bł.: 3.98 %; K: 3745.07 mg;

Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-08-04 niedziela	<p>Śniadanie</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 60 g (<b><u>GLU PSZ.</u></b>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<b><u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u></b>) Masło extra 82% 10 g (<b><u>MLE.</u></b>) Miód 60 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Wafle ryżowe 30 g</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 60 g (<b><u>GLU PSZ.</u></b>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<b><u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u></b>) Masło extra 82% 14 g (<b><u>MLE.</u></b>) Miód 60 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Wafle ryżowe 30 g</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 60 g (<b><u>GLU PSZ.</u></b>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<b><u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u></b>) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 60 g (<b><u>SOJ.</u></b>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<b><u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u></b>) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<b><u>JAJ.</u></b>)</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<b><u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u></b>) Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 80 g (<b><u>SOJ.</u></b>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>
II ŚN				<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<b><u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u></b>) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 30 g (<b><u>SOJ.</u></b>)</p>



Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA STARACHOWICE

2024-08-04 niedziela

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

Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	
2024-08-04 niedziela	Kolacja	Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 30 g ( <b>MLE.</b> ) Mus z jabłek prażonych 150 g Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 30 g ( <b>MLE.</b> ) Mus z jabłek prażonych 150 g Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Jabłko 150 g Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2122.17 kcal; Białko ogółem: 62.34 g; Tłuszcz: 45.34 g; Kw. tł. nasy.: 16.79 g; Węglowodany ogółem: 382.44 g; W tym cukry: 106.79 g; Błonnik pok.: 26.63 g; Sól: 4.34 g; WW: 35.53 Por; : 11.75 %; : 72.08 %; Ener. z T: 19.23 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 3157.25 mg;	Wartość energetyczna: 2182.96 kcal; Białko ogółem: 62.27 g; Tłuszcz: 49.02 g; Kw. tł. nasy.: 20.53 g; Węglowodany ogółem: 390.41 g; W tym cukry: 125.45 g; Błonnik pok.: 26.65 g; Sól: 6.23 g; WW: 36.30 Por; : 11.41 %; : 71.54 %; Ener. z T: 20.21 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 3097.60 mg;	Wartość energetyczna: 1928.60 kcal; Białko ogółem: 74.58 g; Tłuszcz: 53.79 g; Kw. tł. nasy.: 17.72 g; Węglowodany ogółem: 301.92 g; W tym cukry: 85.38 g; Błonnik pok.: 27.86 g; Sól: 9.43 g; WW: 27.40 Por; : 15.47 %; : 62.62 %; Ener. z T: 25.10 %; Ener. z Bł.: 2.89 %; K: 3391.62 mg;	Wartość energetyczna: 1378.14 kcal; Białko ogółem: 74.33 g; Tłuszcz: 36.07 g; Kw. tł. nasy.: 13.85 g; Węglowodany ogółem: 205.46 g; W tym cukry: 30.91 g; Błonnik pok.: 29.56 g; Sól: 10.54 g; WW: 17.82 Por; : 21.57 %; : 59.63 %; Ener. z T: 23.56 %; Ener. z Bł.: 4.29 %; K: 2900.84 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,  
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,  
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,  
MCK - Mięczaki i pochodne,  
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,  
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,  
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,  
GLU JEĆCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

## **Oznaczenia wskaźników odż.:**

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