

Jadłospisy z 37. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-09 do dnia 2024-09-15 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
2024-09-09 poniedziałek 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> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem drobiowy z dodatkiem 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 Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> ) Arbuz 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> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem drobiowy z dodatkiem 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 Arbuz 150 g	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 drobiowy z dodatkiem średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</b> ) Ser żółty 60 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> ) Arbuz 150 g	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 drobiowy z dodatkiem 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 ekspresowa b/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> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem drobiowy z dodatkiem 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 Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka piastowska-wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> ) Arbuz 150 g	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 Arbuz 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> ) Serek Fromage 60 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> ) Arbuz 150 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 80 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Arbuz 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> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem drobiowy z dodatkiem 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 Arbuz 150 g
III ŚN				Arbuz 150 g						

Jadłospisy z 37. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-09 do dnia 2024-09-15 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
2024-09-09 poniedziałek	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ) Ryż z jabłkami. 300 g Sos jogurtowo-truska wkowy* 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż z jabłkami. 300 g Sos jogurtowo-truska wkowy* 100 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż z jabłkami. 400 g Sos jogurtowo-truska wkowy* 150 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 100 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos ziołowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż z jabłkami. 300 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * (bez mleka) () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos ziołowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g ( <b>SEL.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż z jabłkami. 300 g Sos jogurtowo-truska wkowy* 100 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ryż z jabłkami. 300 g Sos jogurtowo-truska wkowy* 100 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż z jabłkami. 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	PD	Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )	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> )			Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )	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> )	Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )		

Jadłospisy z 37. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-09 do dnia 2024-09-15 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	
2024-09-09 poniedziałek	Kolacja	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> ) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 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> ) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <b>MLE.</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> ) Pasta z twarogu z koperkiem 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 Piatowska- 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-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
		Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt					Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt				
		PN	Wartość energetyczna: 2032.73 kcal; Białko ogółem: 63.73 g; Tłuszcz: 52.40 g; Kw. tł. nasy.: 25.70 g; Węglowodany ogółem: 341.17 g; W tym cukry: 109.22 g; Błonnik pok.: 24.62 g; Sól: 6.54 g; WW: 31.79 Por; : 12.54 %; : 67.14 %; Ener. z T: 23.20 %; Ener. z Bł.: 2.42 %; K: 2954.06 mg;	Wartość energetyczna: 1961.42 kcal; Białko ogółem: 41.84 g; Kw. tł. nasy.: 22.02 g; Węglowodany ogółem: 348.21 g; W tym cukry: 104.10 g; Błonnik pok.: 22.91 g; Sól: 5.30 g; WW: 32.67 Por; : 12.76 %; : 71.01 %; Ener. z T: 19.20 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 2847.55 mg;	Wartość energetyczna: 2565.04 kcal; Białko ogółem: 94.40 g; Tłuszcz: 72.43 g; Kw. tł. nasy.: 40.22 g; Węglowodany ogółem: 403.92 g; W tym cukry: 102.79 g; Błonnik pok.: 32.38 g; Sól: 8.53 g; WW: 37.30 Por; : 14.72 %; : 62.99 %; Ener. z T: 25.41 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 3494.71 mg;	Wartość energetyczna: 1708.25 kcal; Białko ogółem: 72.57 g; Tłuszcz: 58.55 g; Kw. tł. nasy.: 20.36 g; Węglowodany ogółem: 240.95 g; W tym cukry: 61.33 g; Błonnik pok.: 34.09 g; Sól: 6.10 g; WW: 20.74 Por; : 16.99 %; : 56.42 %; Ener. z T: 30.85 %; Ener. z Bł.: 3.99 %; K: 3597.94 mg;	Wartość energetyczna: 2184.48 kcal; Białko ogółem: 74.24 g; Tłuszcz: 52.12 g; Kw. tł. nasy.: 26.72 g; Węglowodany ogółem: 366.34 g; W tym cukry: 92.14 g; Błonnik pok.: 21.11 g; Sól: 5.60 g; WW: 34.67 Por; : 13.59 %; : 67.08 %; Ener. z T: 21.47 %; Ener. z Bł.: 1.93 %; K: 2552.24 mg;	Wartość energetyczna: 1987.40 kcal; Białko ogółem: 66.27 g; Tłuszcz: 43.48 g; Kw. tł. nasy.: 24.24 g; Węglowodany ogółem: 342.31 g; W tym cukry: 111.08 g; Błonnik pok.: 17.75 g; Sól: 4.53 g; WW: 32.60 Por; : 13.34 %; : 68.90 %; Ener. z T: 19.69 %; Ener. z Bł.: 1.79 %; K: 2908.42 mg;	Wartość energetyczna: 1910.56 kcal; Białko ogółem: 73.57 g; Tłuszcz: 50.11 g; Kw. tł. nasy.: 15.14 g; Węglowodany ogółem: 304.36 g; W tym cukry: 83.35 g; Błonnik pok.: 20.26 g; Sól: 6.19 g; WW: 28.46 Por; : 15.40 %; : 63.72 %; Ener. z T: 23.60 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 3106.10 mg;	Wartość energetyczna: 2198.43 kcal; Białko ogółem: 63.58 g; Tłuszcz: 61.94 g; Kw. tł. nasy.: 38.83 g; Węglowodany ogółem: 357.29 g; W tym cukry: 112.71 g; Błonnik pok.: 22.91 g; Sól: 3.66 g; WW: 33.62 Por; : 11.57 %; : 65.01 %; Ener. z T: 25.36 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 3098.52 mg;	Wartość energetyczna: 1980.43 kcal; Białko ogółem: 53.75 g; Tłuszcz: 48.34 g; Kw. tł. nasy.: 22.06 g; Węglowodany ogółem: 338.82 g; W tym cukry: 103.04 g; Błonnik pok.: 15.54 g; Sól: 3.28 g; WW: 32.40 Por; : 10.86 %; : 68.43 %; Ener. z T: 21.97 %; Ener. z Bł.: 1.57 %; K: 2577.35 mg;

Jadłospisy z 37. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-09 do dnia 2024-09-15 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
2024-09-10 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Maryny-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 80 g ( <b>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 100 g Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Makaron na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Maryny-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 80 g ( <b>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Makaron na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 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> ) Schab Maryny-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 60 g ( <b>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 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-pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Maryny-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 80 g ( <b>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</b> ) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Makaron na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g ( <b>SEL.</b> ) Schab Maryny-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 60 g ( <b>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Makaron na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Maryny-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	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 Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Makaron na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE.</b> ) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Makaron na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Maryny-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 80 g ( <b>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
		II ŚN		Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</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 37. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-09 do dnia 2024-09-15 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa
Obiad	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza gryczana 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z kalarepy, jabłka i marchewki () 100 g ( <b>MLE.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Solferino * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Solferino * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Solferino * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza gryczana 100 g Pieczeń rzymska wieprzowa 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z kalarepy, jabłka i marchewki () 100 g ( <b>MLE.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Solferino * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Solferino * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Solferino (bez mleka)*() 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Solferino * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kopytka ziemniaczane () 250 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z kalarepy, jabłka i marchewki () 200 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Solferino (bez glutenu)*() 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa (bez glutenu) 70 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos ziołowy* (bez glutenu) 50 ml ( <b>SEL.</b> ) Szpinak gotowany z olejem (bez glutenu) - dieta* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Solferino * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
PD	Serek ziarnisty 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )					Serek ziarnisty 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Serek ziarnisty 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )		
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szprot w sosie pomidorowym 40 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 40 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, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 60 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 80 g ( <b>SOJ.</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, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 80 g ( <b>SOJ.</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> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tuszc 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 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 80 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> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 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> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g

Jadłospisy z 37. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-09 do dnia 2024-09-15 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	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt					Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt				
2024-09-10 wtorek	Wartość energetyczna: 2525.93 kcal; Białko ogółem: 122.79 g; Tłuszcz: 76.62 g; Kw. tł. nasy.: 34.07 g; Węglowodany ogółem: 349.75 g; W tym cukry: 83.00 g; Błonnik pok.: 31.51 g; Sól: 12.05 g; WW: 31.76 Por; : 19.44 %; : 55.39 %; Ener. z T: 27.30 %; Ener. z Bł.: 2.50 %; K: 3437.92 mg;	Wartość energetyczna: 2479.26 kcal; Białko ogółem: 116.00 g; Tłuszcz: 74.14 g; Kw. tł. nasy.: 33.47 g; Węglowodany ogółem: 348.03 g; W tym cukry: 85.29 g; Błonnik pok.: 26.00 g; Sól: 12.68 g; WW: 32.37 Por; : 18.72 %; : 56.15 %; Ener. z T: 26.92 %; Ener. z Bł.: 2.10 %; K: 3538.93 mg;	Wartość energetyczna: 2908.42 kcal; Białko ogółem: 151.87 g; Tłuszcz: 92.80 g; Kw. tł. nasy.: 45.67 g; Węglowodany ogółem: 380.91 g; W tym cukry: 90.32 g; Błonnik pok.: 33.71 g; Sól: 11.02 g; WW: 34.95 Por; : 20.89 %; : 52.39 %; Ener. z T: 28.72 %; Ener. z Bł.: 2.32 %; K: 4105.63 mg;	Wartość energetyczna: 1941.21 kcal; Białko ogółem: 101.10 g; Tłuszcz: 64.55 g; Kw. tł. nasy.: 29.08 g; Węglowodany ogółem: 252.34 g; W tym cukry: 49.04 g; Błonnik pok.: 31.35 g; Sól: 11.00 g; WW: 22.09 Por; : 20.83 %; : 52.00 %; Ener. z T: 29.93 %; Ener. z Bł.: 3.23 %; K: 3258.76 mg;	Wartość energetyczna: 2370.49 kcal; Białko ogółem: 93.33 g; Tłuszcz: 76.11 g; Kw. tł. nasy.: 31.49 g; Węglowodany ogółem: 339.96 g; W tym cukry: 68.17 g; Błonnik pok.: 25.33 g; Sól: 9.07 g; WW: 31.58 Por; : 15.75 %; : 57.37 %; Ener. z T: 28.90 %; Ener. z Bł.: 2.14 %; K: 3453.70 mg;	Wartość energetyczna: 2369.83 kcal; Białko ogółem: 109.47 g; Tłuszcz: 60.19 g; Kw. tł. nasy.: 28.84 g; Węglowodany ogółem: 354.06 g; W tym cukry: 112.21 g; Błonnik pok.: 24.14 g; Sól: 8.57 g; WW: 33.15 Por; : 18.48 %; : 59.76 %; Ener. z T: 22.86 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 3388.43 mg;	Wartość energetyczna: 1988.57 kcal; Białko ogółem: 72.26 g; Tłuszcz: 41.67 g; Kw. tł. nasy.: 14.44 g; Węglowodany ogółem: 336.37 g; W tym cukry: 119.04 g; Błonnik pok.: 23.54 g; Sól: 6.04 g; WW: 31.48 Por; : 14.54 %; : 67.66 %; Ener. z T: 18.86 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 2977.58 mg;	Wartość energetyczna: 2593.66 kcal; Białko ogółem: 104.97 g; Tłuszcz: 58.36 g; Kw. tł. nasy.: 30.40 g; Węglowodany ogółem: 424.64 g; W tym cukry: 130.36 g; Błonnik pok.: 28.80 g; Sól: 8.20 g; WW: 39.65 Por; : 16.19 %; : 65.49 %; Ener. z T: 20.25 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 4971.96 mg;	Wartość energetyczna: 2430.86 kcal; Białko ogółem: 93.01 g; Tłuszcz: 78.20 g; Kw. tł. nasy.: 31.70 g; Węglowodany ogółem: 340.41 g; W tym cukry: 81.21 g; Błonnik pok.: 13.11 g; Sól: 9.10 g; WW: 32.89 Por; : 15.31 %; : 56.02 %; Ener. z T: 28.95 %; Ener. z Bł.: 1.08 %; K: 2875.34 mg;	Wartość energetyczna: 2419.42 kcal; Białko ogółem: 115.95 g; Tłuszcz: 67.54 g; Kw. tł. nasy.: 29.09 g; Węglowodany ogółem: 347.97 g; W tym cukry: 85.24 g; Błonnik pok.: 26.00 g; Sól: 12.68 g; WW: 32.37 Por; : 19.17 %; : 57.53 %; Ener. z T: 25.13 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 3536.93 mg;
2024-09-11 środa Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 80 g ( <b>MLE.</b> ) Banan 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 80 g ( <b>MLE.</b> ) Banan 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g	Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 80 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Banan 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 80 g ( <b>MLE.</b> ) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryż 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> ) Twaróg półtłusty 80 g ( <b>MLE.</b> ) Mus z jabłek prażonych 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 80 g ( <b>MLE.</b> ) Banan 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g	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 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 80 g ( <b>MLE.</b> ) Banan 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 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 100 g Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 80 g ( <b>MLE.</b> ) Banan 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 80 g ( <b>MLE.</b> ) Banan 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml

Jadłospisy z 37. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-09 do dnia 2024-09-15 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				Jabłko 150 g						
2024-09-11 środa Obiad	Grysikowa * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 70 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos bazyliowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Sałata zielona z kefirem 50 g ( <b>MLE.</b> ) Dyńia duszona z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos bazyliowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Dyńia duszona z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos bazyliowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Dyńia duszona z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 100 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos bazyliowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Sałata zielona z kefirem 50 g ( <b>MLE.</b> ) Dyńia duszona z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos bazyliowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Dyńia duszona z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane z udźca kurczaka 70 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos bazyliowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Dyńia duszona z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml		Grysikowa * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Pierogi z truskawkami * 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos jogurtowy naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos bazyliowy (bez glutenu)* 50 ml ( <b>SEL.</b> ) Dyńia z wody 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos bazyliowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Dyńia duszona z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) 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> )	Banan 150 g	Jogurt typu islandzkiego różne smaki Skyr 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )		

Jadłospisy z 37. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-09 do dnia 2024-09-15 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
2024-09-11 środa 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 Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 80 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 80 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Pomidor 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 Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 80 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Ryż 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> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</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> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</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 Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/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 żółty 60 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konsjerwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konsjerwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
PN	Rogal maślany 50g. 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> )			Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )		Rogal maślany 50g. 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> )	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <b>SOJ.</b> )	Rogal maślany 50g. 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> )	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Rogal maślany 50g. 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> )

Jadłospisy z 37. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-09 do dnia 2024-09-15 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- Niskołuszczowa
2024-09-11 środa	Wartość energetyczna: 2229.93 kcal; Białko ogółem: 98.10 g; Tłuszcz: 68.83 g; Kw. tł. nasy.: 31.34 g; Węglowodany ogółem: 312.51 g; W tym cukry: 94.53 g; Błonnik pok.: 23.25 g; Sól: 7.01 g; WW: 29.02 Por; : 17.60 %; : 56.06 %; Ener. z T: 27.78 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 3401.84 mg;	Wartość energetyczna: 2361.10 kcal; Białko ogółem: 103.73 g; Tłuszcz: 69.92 g; Kw. tł. nasy.: 31.33 g; Węglowodany ogółem: 336.22 g; W tym cukry: 99.52 g; Błonnik pok.: 24.76 g; Sól: 6.66 g; WW: 31.18 Por; : 17.57 %; : 56.96 %; Ener. z T: 26.65 %; Ener. z Bł.: 2.10 %; K: 3782.24 mg;	Wartość energetyczna: 2494.90 kcal; Białko ogółem: 125.35 g; Tłuszcz: 75.07 g; Kw. tł. nasy.: 32.51 g; Węglowodany ogółem: 339.11 g; W tym cukry: 92.03 g; Błonnik pok.: 29.92 g; Sól: 7.79 g; WW: 30.86 Por; : 20.10 %; : 54.37 %; Ener. z T: 27.08 %; Ener. z Bł.: 2.40 %; K: 4142.39 mg;	Wartość energetyczna: 1523.61 kcal; Białko ogółem: 82.87 g; Tłuszcz: 49.11 g; Kw. tł. nasy.: 21.45 g; Węglowodany ogółem: 195.66 g; W tym cukry: 52.63 g; Błonnik pok.: 26.14 g; Sól: 5.23 g; WW: 16.90 Por; : 21.76 %; : 51.37 %; Ener. z T: 29.01 %; Ener. z Bł.: 3.43 %; K: 2634.43 mg;	Wartość energetyczna: 2255.97 kcal; Białko ogółem: 88.56 g; Tłuszcz: 63.27 g; Kw. tł. nasy.: 30.92 g; Węglowodany ogółem: 339.77 g; W tym cukry: 114.57 g; Błonnik pok.: 15.61 g; Sól: 5.92 g; WW: 32.44 Por; : 15.70 %; : 60.24 %; Ener. z T: 25.24 %; Ener. z Bł.: 1.38 %; K: 3077.57 mg;	Wartość energetyczna: 2246.33 kcal; Białko ogółem: 99.39 g; Tłuszcz: 63.92 g; Kw. tł. nasy.: 29.32 g; Węglowodany ogółem: 323.07 g; W tym cukry: 98.68 g; Błonnik pok.: 19.60 g; Sól: 5.61 g; WW: 30.38 Por; : 17.70 %; : 57.53 %; Ener. z T: 25.61 %; Ener. z Bł.: 1.75 %; K: 3631.74 mg;	Wartość energetyczna: 1813.62 kcal; Białko ogółem: 78.61 g; Tłuszcz: 46.26 g; Kw. tł. nasy.: 16.11 g; Węglowodany ogółem: 277.54 g; W tym cukry: 82.57 g; Błonnik pok.: 21.27 g; Sól: 7.05 g; WW: 25.55 Por; : 17.34 %; : 61.21 %; Ener. z T: 22.95 %; Ener. z Bł.: 2.35 %; K: 3582.36 mg;	Wartość energetyczna: 2461.60 kcal; Białko ogółem: 98.24 g; Tłuszcz: 77.41 g; Kw. tł. nasy.: 42.07 g; Węglowodany ogółem: 349.22 g; W tym cukry: 102.80 g; Błonnik pok.: 20.48 g; Sól: 5.06 g; WW: 32.94 Por; : 15.96 %; : 56.75 %; Ener. z T: 28.30 %; Ener. z Bł.: 1.66 %; K: 2019.32 mg;	Wartość energetyczna: 1995.46 kcal; Białko ogółem: 71.47 g; Tłuszcz: 48.93 g; Kw. tł. nasy.: 20.65 g; Węglowodany ogółem: 315.56 g; W tym cukry: 124.74 g; Błonnik pok.: 14.76 g; Sól: 3.93 g; WW: 30.18 Por; : 14.33 %; : 63.26 %; Ener. z T: 22.07 %; Ener. z Bł.: 1.48 %; K: 3174.88 mg;	Wartość energetyczna: 2074.74 kcal; Białko ogółem: 90.72 g; Tłuszcz: 39.98 g; Kw. tł. nasy.: 16.09 g; Węglowodany ogółem: 344.69 g; W tym cukry: 113.64 g; Błonnik pok.: 22.68 g; Sól: 5.72 g; WW: 32.29 Por; : 17.49 %; : 66.46 %; Ener. z T: 17.34 %; Ener. z Bł.: 2.19 %; K: 3515.14 mg;

Jadłospisy z 37. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-09 do dnia 2024-09-15 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
2024-09-12 czwartek 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> ) Szynka z indykami prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE.</b> )	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> ) Szynka z indykami prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE.</b> )	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</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 z indykami prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Ser żółty 60 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE.</b> )	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z indykami prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/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> ) Szynka z indykami prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	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> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE.</b> )	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 Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	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> ) Ser topiony 60 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE.</b> )	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z indykami prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 25 g Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE.</b> )	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> ) Szynka z indykami prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE.</b> )
II ŚN				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> )						

Jadłospisy z 37. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-09 do dnia 2024-09-15 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
2024-09-12 czwartek Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatkami 350 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron 200 g pełnoziarnisty 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z warzywami* 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) (*) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Makaron bezglutenowy 200 g Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <b>SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml
	PD	Banan 150 g	Jabłko 150 g	Koktajl bananowy 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Słupki z warzyw ( ) 150 g				Jabłko 150 g	

Jadłospisy z 37. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-09 do dnia 2024-09-15 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	
2024-09-12 czwartek	Kolacja	Chleb miesznany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Paszтет z ciecierzycy * 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 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> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Sałata zielona 20 g Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Ser mozzarella kulki 60 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 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> ) Paszтет z ciecierzycy * 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb miesznany pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pasta warzywna* 80 g ( <b>SEL.</b> )	Sałata zielona 20 g Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, 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 kieł.wp.gr.rozd.wę. dz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g 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> ) Paszтет z ciecierzycy * 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 80 g 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% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt				Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt					
		Wartość energetyczna: 2459.87 kcal; Białko ogółem: 80.37 g; Tłuszcz: 82.97 g; Kw. tł. nasy.: 34.49 g; Węglowodany ogółem: 361.55 g; W tym cukry: 116.82 g; Błonnik pok.: 35.26 g; Sól: 7.76 g; WW: 32.73 Por; : 13.07 %; : 58.79 %; Ener. z T: 30.36 %; Ener. z Bł.: 2.87 %; K: 3988.11 mg;	Wartość energetyczna: 2232.92 kcal; Białko ogółem: 87.14 g; Tłuszcz: 63.55 g; Kw. tł. nasy.: 26.28 g; Węglowodany ogółem: 343.87 g; W tym cukry: 88.82 g; Błonnik pok.: 30.23 g; Sól: 8.57 g; WW: 31.30 Por; : 15.61 %; : 61.60 %; Ener. z T: 25.62 %; Ener. z Bł.: 2.71 %; K: 4044.73 mg;	Wartość energetyczna: 2931.05 kcal; Białko ogółem: 133.89 g; Tłuszcz: 107.66 g; Kw. tł. nasy.: 51.05 g; Węglowodany ogółem: 375.69 g; W tym cukry: 104.03 g; Błonnik pok.: 34.68 g; Sól: 10.60 g; WW: 34.10 Por; : 18.27 %; : 51.27 %; Ener. z T: 33.06 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 4880.83 mg;	Wartość energetyczna: 1981.23 kcal; Białko ogółem: 81.79 g; Tłuszcz: 69.73 g; Kw. tł. nasy.: 26.63 g; Węglowodany ogółem: 271.96 g; W tym cukry: 58.40 g; Błonnik pok.: 43.87 g; Sól: 7.46 g; WW: 22.81 Por; : 16.51 %; : 54.91 %; Ener. z T: 31.67 %; Ener. z Bł.: 4.43 %; K: 4406.57 mg;	Wartość energetyczna: 2417.04 kcal; Białko ogółem: 91.52 g; Tłuszcz: 69.58 g; Kw. tł. nasy.: 28.37 g; Węglowodany ogółem: 366.47 g; W tym cukry: 88.89 g; Błonnik pok.: 21.77 g; Sól: 8.06 g; WW: 34.47 Por; : 15.15 %; : 60.65 %; Ener. z T: 25.91 %; Ener. z Bł.: 1.80 %; K: 3721.16 mg;	Wartość energetyczna: 2153.43 kcal; Białko ogółem: 88.80 g; Tłuszcz: 61.16 g; Kw. tł. nasy.: 26.22 g; Węglowodany ogółem: 323.88 g; W tym cukry: 88.50 g; Błonnik pok.: 23.42 g; Sól: 6.95 g; WW: 29.93 Por; : 16.49 %; : 60.16 %; Ener. z T: 25.56 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 3852.48 mg;	Wartość energetyczna: 1989.54 kcal; Białko ogółem: 80.02 g; Tłuszcz: 52.36 g; Kw. tł. nasy.: 16.52 g; Węglowodany ogółem: 312.05 g; W tym cukry: 80.97 g; Błonnik pok.: 23.44 g; Sól: 7.29 g; WW: 28.74 Por; : 16.09 %; : 62.74 %; Ener. z T: 23.68 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 3405.11 mg;	Wartość energetyczna: 2327.85 kcal; Białko ogółem: 76.82 g; Tłuszcz: 73.55 g; Kw. tł. nasy.: 37.33 g; Węglowodany ogółem: 353.12 g; W tym cukry: 91.66 g; Błonnik pok.: 36.01 g; Sól: 6.42 g; WW: 31.65 Por; : 13.20 %; : 60.68 %; Ener. z T: 28.43 %; Ener. z Bł.: 3.09 %; K: 3986.73 mg;	Wartość energetyczna: 2219.44 kcal; Białko ogółem: 67.05 g; Tłuszcz: 70.68 g; Kw. tł. nasy.: 25.62 g; Węglowodany ogółem: 336.68 g; W tym cukry: 85.45 g; Błonnik pok.: 20.56 g; Sól: 5.96 g; WW: 31.50 Por; : 12.08 %; : 60.68 %; Ener. z T: 28.66 %; Ener. z Bł.: 1.85 %; K: 3520.36 mg;	Wartość energetyczna: 2173.08 kcal; Białko ogółem: 87.08 g; Tłuszcz: 56.95 g; Kw. tł. nasy.: 21.91 g; Węglowodany ogółem: 343.81 g; W tym cukry: 88.77 g; Błonnik pok.: 30.23 g; Sól: 8.57 g; WW: 31.29 Por; : 16.03 %; : 63.29 %; Ener. z T: 23.59 %; Ener. z Bł.: 2.78 %; K: 4042.73 mg;

Jadłospisy z 37. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-09 do dnia 2024-09-15 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	
2024-09-13 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> ) Twaróg półtłusty 40 g ( <b>MLE,</b> ) Przysmak śliwkowy do smarowania 25g 1 szt Gruszka 1szt. 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE,</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony w ostonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ,</b> )	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 40 g ( <b>MLE,</b> ) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE,</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony w ostonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ,</b> )	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony w ostonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ,</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	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 ostonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ,</b> )	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE,</b> ) Dżem 60 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 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 40 g ( <b>MLE,</b> ) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE,</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Dżem 25 g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	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 40 g ( <b>MLE,</b> ) Dżem 25 g 1 szt Gruszka 1szt. 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE,</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>MLE,</b> ) Sałata zielona 20 g	Makaron bezglutenowy na mleku 300 ml ( <b>MLE,</b> ) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE,</b> ) Twaróg półtłusty 40 g ( <b>MLE,</b> ) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <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 40 g ( <b>MLE,</b> ) Dżem 25 g 1 szt Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g
		II ŚN			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 ostonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ,</b> )						

Jadłospisy z 37. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-09 do dnia 2024-09-15 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	
2024-09-13 piątek	Obiad	Kalafiorowa z ryżem* 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g ( <b>RYB.</b> ) Surówka z kapusty kiszanej z olejem () 100 g Warzywa po grecku* 100 g ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g ( <b>RYB.</b> ) Warzywa po grecku* 200 g ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g ( <b>RYB.</b> ) Surówka z kapusty kiszanej z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku* 200 g ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa* 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 100 g Łosoś pieczony 80g 80 g ( <b>RYB.</b> ) Surówka z kapusty kiszanej z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku* 100 g ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Miruna) 70 g ( <b>RYB.</b> ) Warzywa po grecku* 150 g ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g ( <b>RYB.</b> ) Warzywa po grecku* 200 g ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g ( <b>RYB.</b> ) Warzywa po grecku* 200 g ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem* 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g ( <b>RYB.</b> ) Kotlety sojowe 70 g ( <b>SOJ.</b> ) Warzywa po grecku* 200 g ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g ( <b>RYB.</b> ) Warzywa po grecku* 200 g ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g ( <b>RYB.</b> ) Warzywa po grecku* 200 g ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )					Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 30 g ( <b>SOJ.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLUPSZ.</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 Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 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>GLUPSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 70 g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno 80 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 Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 30 g ( <b>SOJ.</b> )	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 80 g Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 30 g ( <b>SOJ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLUPSZ.</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 Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 30 g ( <b>SOJ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Tuszcz 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 Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 30 g ( <b>SOJ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g 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 Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 30 g ( <b>SOJ.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml

Jadłospisy z 37. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-09 do dnia 2024-09-15 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
2024-09-13 piątek	PN									
	Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt ( <b><u>może zawierać: MLE.</u></b> )						Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt ( <b><u>może zawierać: MLE.</u></b> )	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <b><u>SOJ.</u></b> )	Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt ( <b><u>może zawierać: MLE.</u></b> )	
	Wartość energetyczna: 2285.83 kcal; Białko ogółem: 86.65 g; Tłuszcz: 82.69 g; Kw. tł. nasy.: 33.29 g; Węglowodany ogółem: 309.26 g; W tym cukry: 91.13 g; Błonnik pok.: 27.81 g; Sól: 7.05 g; WW: 28.08 Por; : 15.16 %; : 54.12 %; Ener. z T: 32.56 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 3720.50 mg;	Wartość energetyczna: 2387.24 kcal; Białko ogółem: 92.29 g; Tłuszcz: 80.93 g; Kw. tł. nasy.: 33.18 g; Węglowodany ogółem: 334.00 g; W tym cukry: 103.69 g; Błonnik pok.: 27.75 g; Sól: 5.86 g; WW: 30.67 Por; : 15.46 %; : 55.96 %; Ener. z T: 30.51 %; Ener. z Bł.: 2.32 %; K: 3937.50 mg;	Wartość energetyczna: 2439.23 kcal; Białko ogółem: 113.13 g; Tłuszcz: 75.10 g; Kw. tł. nasy.: 33.43 g; Węglowodany ogółem: 340.53 g; W tym cukry: 96.75 g; Błonnik pok.: 32.91 g; Sól: 8.19 g; WW: 30.81 Por; : 18.55 %; : 55.84 %; Ener. z T: 27.71 %; Ener. z Bł.: 2.70 %; K: 3747.70 mg;	Wartość energetyczna: 1696.05 kcal; Białko ogółem: 78.06 g; Tłuszcz: 74.30 g; Kw. tł. nasy.: 27.24 g; Węglowodany ogółem: 189.83 g; W tym cukry: 37.72 g; Błonnik pok.: 27.48 g; Sól: 6.32 g; WW: 16.27 Por; : 18.41 %; : 44.77 %; Ener. z T: 39.43 %; Ener. z Bł.: 3.24 %; K: 3088.31 mg;	Wartość energetyczna: 2148.37 kcal; Białko ogółem: 80.40 g; Tłuszcz: 55.89 g; Kw. tł. nasy.: 25.84 g; Węglowodany ogółem: 338.38 g; W tym cukry: 101.82 g; Błonnik pok.: 19.33 g; Sól: 5.39 g; WW: 31.90 Por; : 14.97 %; : 63.00 %; Ener. z T: 23.41 %; Ener. z Bł.: 1.80 %; K: 2895.53 mg;	Wartość energetyczna: 2346.51 kcal; Białko ogółem: 91.80 g; Tłuszcz: 77.41 g; Kw. tł. nasy.: 32.45 g; Węglowodany ogółem: 329.87 g; W tym cukry: 119.65 g; Błonnik pok.: 23.04 g; Sól: 5.38 g; WW: 30.77 Por; : 15.65 %; : 56.23 %; Ener. z T: 29.69 %; Ener. z Bł.: 1.96 %; K: 3787.00 mg;	Wartość energetyczna: 2011.59 kcal; Białko ogółem: 77.00 g; Tłuszcz: 64.14 g; Kw. tł. nasy.: 19.20 g; Węglowodany ogółem: 293.91 g; W tym cukry: 100.86 g; Błonnik pok.: 21.84 g; Sól: 6.30 g; WW: 27.18 Por; : 15.31 %; : 58.44 %; Ener. z T: 28.70 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 3015.05 mg;	Wartość energetyczna: 2265.23 kcal; Białko ogółem: 80.20 g; Tłuszcz: 61.80 g; Kw. tł. nasy.: 32.05 g; Węglowodany ogółem: 357.33 g; W tym cukry: 121.02 g; Błonnik pok.: 33.53 g; Sól: 5.06 g; WW: 32.40 Por; : 14.16 %; : 63.10 %; Ener. z T: 24.55 %; Ener. z Bł.: 2.96 %; K: 3249.82 mg;	Wartość energetyczna: 2284.19 kcal; Białko ogółem: 72.80 g; Tłuszcz: 78.65 g; Kw. tł. nasy.: 28.32 g; Węglowodany ogółem: 325.68 g; W tym cukry: 100.61 g; Błonnik pok.: 19.00 g; Sól: 2.91 g; WW: 30.67 Por; : 12.75 %; : 57.03 %; Ener. z T: 30.99 %; Ener. z Bł.: 1.66 %; K: 3519.23 mg;	Wartość energetyczna: 2231.47 kcal; Białko ogółem: 83.06 g; Tłuszcz: 57.05 g; Kw. tł. nasy.: 20.77 g; Węglowodany ogółem: 357.88 g; W tym cukry: 119.63 g; Błonnik pok.: 27.19 g; Sól: 5.74 g; WW: 33.16 Por; : 14.89 %; : 64.15 %; Ener. z T: 23.01 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 3540.60 mg;

Jadłospisy z 37. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-09 do dnia 2024-09-15 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
2024-09-14 sobota Śniadanie	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> <b>GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 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. 80 g ( <b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Biszkopty b/m 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> <b>JAJ, SOJ.</b> )	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> ) 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. 80 g ( <b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Biszkopty b/m 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> <b>JAJ, SOJ.</b> )	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 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. 60 g ( <b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Twarożek 60 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Biszkopty b/m 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> <b>JAJ, SOJ.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 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. 80 g ( <b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ.</b> <b>GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka piastowska-wędz onka wieprzowa,wędzo na,parzona z wodą dodaną. 60 g ( <b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Biszkopty b/m 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> <b>JAJ, SOJ.</b> )	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <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 rozdrobiony,parz ony, z dod.białka, w osłonce niejadalnej. 50 g ( <b>JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Biszkopty b/m 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> <b>JAJ, SOJ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobiona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Biszkopty b/m 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> <b>JAJ, SOJ.</b> )	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> ) 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> ) Twarożek 60 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Biszkopty b/m 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> <b>JAJ, SOJ.</b> )	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <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> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Wafle ryżowe 30 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> ) 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. 80 g ( <b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Biszkopty b/m 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> <b>JAJ, SOJ.</b> )
II ŚN				Sok pomidorowy 0,3l 1 szt						

Jadłospisy z 37. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-09 do dnia 2024-09-15 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
2024-09-14 sobota	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * () 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> .) Kasza bulgur 200 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> .) Potrawka drobiowa () 150 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> .) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> .) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JĘCZ</u> .) Potrawka drobiowa () 150 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> .) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> .) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JĘCZ</u> .) Potrawka drobiowa () 150 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> .) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami * () 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> .) Kasza bulgur 100 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> .) Potrawka drobiowa () 150 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> .) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> .) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JĘCZ</u> .) Potrawka drobiowa () 150 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> .) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> .) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JĘCZ</u> .) Potrawka drobiowa () 150 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> .) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> .) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JĘCZ</u> .) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> .) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> .) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () (bez glutenu) 150 g ( <u>SEL</u> .) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> .) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JĘCZ</u> .) Potrawka drobiowa () 150 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> .) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
			Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> .)		Serek homo owocowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> .)	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> .)			
	PD									

Jadłospisy z 37. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-09 do dnia 2024-09-15 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
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) 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 Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 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 Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 60 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> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 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 60 g ( <b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml 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	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka rodzinna-wędzona wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	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> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) 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 Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g
PN	Banan 150 g			Jabłko 150 g	Banan 150 g					Jabłko pieczone 150 g
	Wartość energetyczna: 2228.48 kcal; Białko ogółem: 97.16 g; Tłuszcz: 67.20 g; Kw. tł. nasy.: 21.40 g; Węglowodany ogółem: 319.37 g; W tym cukry: 82.69 g; Błonnik pok.: 25.05 g; Sól: 9.53 g; WW: 29.57 Por; : 17.44 %; : 57.33 %; Ener. z T: 27.14 %; Ener. z Bł.: 2.25 %; K: 3428.67 mg;	Wartość energetyczna: 2266.42 kcal; Białko ogółem: 99.33 g; Tłuszcz: 61.49 g; Kw. tł. nasy.: 21.14 g; Węglowodany ogółem: 348.27 g; W tym cukry: 88.99 g; Błonnik pok.: 33.65 g; Sól: 8.48 g; WW: 31.64 Por; : 17.53 %; : 61.47 %; Ener. z T: 24.42 %; Ener. z Bł.: 2.97 %; K: 4225.46 mg;	Wartość energetyczna: 2704.48 kcal; Białko ogółem: 132.02 g; Tłuszcz: 85.15 g; Kw. tł. nasy.: 35.46 g; Węglowodany ogółem: 374.00 g; W tym cukry: 92.04 g; Błonnik pok.: 36.77 g; Sól: 9.59 g; WW: 33.91 Por; : 19.53 %; : 55.32 %; Ener. z T: 28.34 %; Ener. z Bł.: 2.72 %; K: 4586.25 mg;	Wartość energetyczna: 1721.22 kcal; Białko ogółem: 88.27 g; Tłuszcz: 56.42 g; Kw. tł. nasy.: 15.80 g; Węglowodany ogółem: 230.95 g; W tym cukry: 47.43 g; Błonnik pok.: 30.60 g; Sól: 10.83 g; WW: 20.10 Por; : 20.51 %; : 53.67 %; Ener. z T: 29.50 %; Ener. z Bł.: 3.56 %; K: 3191.80 mg;	Wartość energetyczna: 2312.72 kcal; Białko ogółem: 91.79 g; Tłuszcz: 62.85 g; Kw. tł. nasy.: 25.73 g; Węglowodany ogółem: 362.30 g; W tym cukry: 78.66 g; Błonnik pok.: 31.92 g; Sól: 8.94 g; WW: 33.11 Por; : 15.88 %; : 62.66 %; Ener. z T: 24.46 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K: 3762.40 mg;	Wartość energetyczna: 2266.71 kcal; Białko ogółem: 93.14 g; Tłuszcz: 57.94 g; Kw. tł. nasy.: 22.43 g; Węglowodany ogółem: 359.47 g; W tym cukry: 88.28 g; Błonnik pok.: 28.49 g; Sól: 6.55 g; WW: 33.28 Por; : 16.44 %; : 63.43 %; Ener. z T: 23.00 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 4074.96 mg;	Wartość energetyczna: 2068.33 kcal; Białko ogółem: 71.98 g; Tłuszcz: 48.08 g; Kw. tł. nasy.: 13.85 g; Węglowodany ogółem: 350.01 g; W tym cukry: 111.02 g; Błonnik pok.: 31.79 g; Sól: 5.74 g; WW: 31.93 Por; : 13.92 %; : 67.69 %; Ener. z T: 20.92 %; Ener. z Bł.: 3.07 %; K: 3931.86 mg;	Wartość energetyczna: 2314.45 kcal; Białko ogółem: 75.47 g; Tłuszcz: 66.47 g; Kw. tł. nasy.: 21.13 g; Węglowodany ogółem: 368.35 g; W tym cukry: 92.09 g; Błonnik pok.: 38.83 g; Sól: 4.97 g; WW: 33.16 Por; : 13.04 %; : 63.66 %; Ener. z T: 25.85 %; Ener. z Bł.: 3.36 %; K: 4094.79 mg;	Wartość energetyczna: 2362.42 kcal; Białko ogółem: 76.84 g; Tłuszcz: 77.65 g; Kw. tł. nasy.: 24.60 g; Węglowodany ogółem: 348.46 g; W tym cukry: 86.18 g; Błonnik pok.: 23.72 g; Sól: 5.42 g; WW: 32.71 Por; : 13.01 %; : 59.00 %; Ener. z T: 29.58 %; Ener. z Bł.: 2.01 %; K: 3779.39 mg;	Wartość energetyczna: 2044.58 kcal; Białko ogółem: 97.41 g; Tłuszcz: 47.93 g; Kw. tł. nasy.: 16.12 g; Węglowodany ogółem: 324.55 g; W tym cukry: 71.24 g; Błonnik pok.: 32.70 g; Sól: 8.39 g; WW: 29.33 Por; : 19.06 %; : 63.49 %; Ener. z T: 21.10 %; Ener. z Bł.: 3.20 %; K: 3657.96 mg;

Jadłospisy z 37. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-09 do dnia 2024-09-15 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
2024-09-15 niedziela Śniadanie	Chleb mieszaný 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 żółty 60 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 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> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>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 80 g Sałata zielona 20 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> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</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> ) Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 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> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</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 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/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 mieszaný pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 80 g ( <b>MLE.</b> ) Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 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> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</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 80 g Sałata zielona 20 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 1 szt ( <b>JAJ.</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 80 g Sałata zielona 20 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> ) 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 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 25 g Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</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 80 g Sałata zielona 20 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> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</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 37. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-09 do dnia 2024-09-15 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
2024-09-15 niedziela	Obiad	Krem pomidorowy 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</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 warzyw gotowanych królewski* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Schab gotowany 70 g Sos własny () 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Schab gotowany 70 g Sos własny () 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 100 g Mizeria 100 g ( <b>MLE,</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Krem pomidorowy 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Schab gotowany 70 g Sos własny () 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 100 g Mizeria 100 g ( <b>MLE,</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Schab gotowany 70 g Sos własny () 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Schab gotowany 70 g Sos własny () 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Pierogi ukraińskie * 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu)* 400 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) Schab gotowany 70 g Sos własny (bez glutenu) 50 ml Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Schab gotowany 70 g Sos własny () 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	PD	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	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> )	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt			

Jadłospisy z 37. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-09 do dnia 2024-09-15 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
2024-09-15 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> ) Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 80 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Sałata zielona 20 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> ) Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 80 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</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% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 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 Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 80 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g ( <b>SEL.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka rodzinna-wędzonna ka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b> ) Sałata zielona 20 g 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 kieł.wp.gr.rozd.wę dz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g 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> ) Serek śmietankowy naturalny termizowany-twój smak 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wę dz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g Sałata zielona 20 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% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 80 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )					Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzo skwinia 100g (tubka) 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )		

Jadłospisy z 37. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-09 do dnia 2024-09-15 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- Niskołuszczowa
2024-09-15 niedziela	Wartość energetyczna: 2269.05 kcal; Białko ogółem: 84.60 g; Tłuszcz: 103.26 g; Kw. tł. nasy.: 44.06 g; Węglowodany ogółem: 258.10 g; W tym cukry: 60.63 g; Błonnik pok.: 20.55 g; Sól: 9.40 g; WW: 23.75 Por; : 14.91 %; : 45.50 %; Ener. z T: 40.96 %; Ener. z Bł.: 1.81 %; K: 2916.67 mg;	Wartość energetyczna: 2107.11 kcal; Białko ogółem: 98.94 g; Tłuszcz: 70.05 g; Kw. tł. nasy.: 33.20 g; Węglowodany ogółem: 275.67 g; W tym cukry: 64.91 g; Błonnik pok.: 19.47 g; Sól: 8.11 g; WW: 25.76 Por; : 18.78 %; : 52.33 %; Ener. z T: 29.92 %; Ener. z Bł.: 1.85 %; K: 3223.03 mg;	Wartość energetyczna: 2459.91 kcal; Białko ogółem: 127.05 g; Tłuszcz: 85.43 g; Kw. tł. nasy.: 44.00 g; Węglowodany ogółem: 304.89 g; W tym cukry: 73.61 g; Błonnik pok.: 26.77 g; Sól: 7.40 g; WW: 27.97 Por; : 20.66 %; : 49.58 %; Ener. z T: 31.26 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 3976.33 mg;	Wartość energetyczna: 1623.58 kcal; Białko ogółem: 79.82 g; Tłuszcz: 66.74 g; Kw. tł. nasy.: 26.81 g; Węglowodany ogółem: 184.79 g; W tym cukry: 29.59 g; Błonnik pok.: 23.15 g; Sól: 7.21 g; WW: 16.20 Por; : 19.67 %; : 45.53 %; Ener. z T: 37.00 %; Ener. z Bł.: 2.85 %; K: 2664.02 mg;	Wartość energetyczna: 2268.97 kcal; Białko ogółem: 100.45 g; Tłuszcz: 65.86 g; Kw. tł. nasy.: 31.82 g; Węglowodany ogółem: 323.95 g; W tym cukry: 81.42 g; Błonnik pok.: 12.66 g; Sól: 5.44 g; WW: 26.40 Por; : 19.09 %; : 56.43 %; Ener. z T: 24.97 %; Ener. z Bł.: 1.30 %; K: 3228.18 mg;	Wartość energetyczna: 1950.44 kcal; Białko ogółem: 93.09 g; Tłuszcz: 54.12 g; Kw. tł. nasy.: 27.69 g; Węglowodany ogółem: 275.15 g; W tym cukry: 74.80 g; Błonnik pok.: 12.20 g; Sól: 6.53 g; WW: 24.24 Por; : 19.07 %; : 59.03 %; Ener. z T: 22.98 %; Ener. z Bł.: 1.42 %; K: 2920.13 mg;	Wartość energetyczna: 1717.49 kcal; Białko ogółem: 81.87 g; Tłuszcz: 43.86 g; Kw. tł. nasy.: 17.35 g; Węglowodany ogółem: 253.45 g; W tym cukry: 74.80 g; Błonnik pok.: 12.20 g; Sól: 6.53 g; WW: 24.24 Por; : 19.07 %; : 59.03 %; Ener. z T: 22.98 %; Ener. z Bł.: 1.42 %; K: 2920.13 mg;	Wartość energetyczna: 2541.31 kcal; Białko ogółem: 88.64 g; Tłuszcz: 105.63 g; Kw. tł. nasy.: 56.98 g; Węglowodany ogółem: 315.34 g; W tym cukry: 65.59 g; Błonnik pok.: 19.69 g; Sól: 6.72 g; WW: 29.60 Por; : 13.95 %; : 49.63 %; Ener. z T: 37.41 %; Ener. z Bł.: 1.55 %; K: 2212.89 mg;	Wartość energetyczna: 1920.26 kcal; Białko ogółem: 80.10 g; Tłuszcz: 62.25 g; Kw. tł. nasy.: 26.54 g; Węglowodany ogółem: 257.67 g; W tym cukry: 53.88 g; Błonnik pok.: 9.39 g; Sól: 6.68 g; WW: 24.91 Por; : 16.69 %; : 53.67 %; Ener. z T: 29.17 %; Ener. z Bł.: 0.98 %; K: 2573.16 mg;	Wartość energetyczna: 2027.83 kcal; Białko ogółem: 98.88 g; Tłuszcz: 61.29 g; Kw. tł. nasy.: 27.86 g; Węglowodany ogółem: 275.61 g; W tym cukry: 64.86 g; Błonnik pok.: 19.47 g; Sól: 8.10 g; WW: 25.75 Por; : 19.51 %; : 54.37 %; Ener. z T: 27.20 %; Ener. z Bł.: 1.92 %; K: 3221.03 mg;

Jadłospisy z 37. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-09 do dnia 2024-09-15 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- Ubogopurynowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-09-09 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% 14 g ( <b><u>MLE.</u></b> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony 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 Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Arbuz 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 80 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Arbuz 150 g	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 rozdrobniona 80 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Arbuz 150 g

Jadłospisy z 37. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-09 do dnia 2024-09-15 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- Ubogopurynowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-09-09 poniedziałek	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami * ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż z jabłkami. 300 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos ziołowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g ( <b>SEL.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 100 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos ziołowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka wykwintna z olejem b/c 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml
	PD	Herbatniki 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )	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> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Jajko gotowane kl M 0,5 szt ( <b>JAJ.</b> )

Jadłospisy z 37. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-09 do dnia 2024-09-15 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- Ubogopurynowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-09-09 poniedziałek	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 30 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt		
		Wartość energetyczna: 1810.81 kcal; Białko ogółem: 41.75 g; Tłuszcz: 38.97 g; Kw. tł. nasy.: 18.63 g; Węglowodany ogółem: 337.78 g; W tym cukry: 90.59 g; Błonnik pok.: 25.06 g; Sól: 3.89 g; WW: 31.43 Por; : 9.22 %; : 74.61 %; Ener. z T: 19.37 %; Ener. z Bł.: 2.77 %; K: 2589.68 mg;	Wartość energetyczna: 1855.83 kcal; Białko ogółem: 74.51 g; Tłuszcz: 51.48 g; Kw. tł. nasy.: 16.09 g; Węglowodany ogółem: 286.13 g; W tym cukry: 82.86 g; Błonnik pok.: 19.54 g; Sól: 7.10 g; WW: 26.71 Por; : 16.06 %; : 61.67 %; Ener. z T: 24.96 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 3045.43 mg;	Wartość energetyczna: 1639.02 kcal; Białko ogółem: 71.23 g; Tłuszcz: 53.05 g; Kw. tł. nasy.: 14.12 g; Węglowodany ogółem: 235.72 g; W tym cukry: 57.63 g; Błonnik pok.: 32.41 g; Sól: 7.62 g; WW: 20.40 Por; : 17.38 %; : 57.53 %; Ener. z T: 29.13 %; Ener. z Bł.: 3.95 %; K: 3395.56 mg;

Jadłospisy z 37. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-09 do dnia 2024-09-15 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- Ubogopurynowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-09-10 wtorek	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% 14 g ( <b><u>MLE.</u></b> ) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	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> ) 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 Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	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> ) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> <b><u>GLU ZYT.</u></b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Szynka Konserwowa wieprzowa, produk t blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <b><u>SOJ.</u></b> )

Jadłospisy z 37. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-09 do dnia 2024-09-15 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzycza bezmleczna	
2024-09-10 wtorek	Obiad	Solferino * ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Solferino (bez mleka)* ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Solferino (bez mleka)* ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza gryczana 100 g Pieczeń rzymska wieprzowa 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c ( ) 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
	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% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta warzywna* 60 g ( <b>SEL.</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 100 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 Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml

Jadłospisy z 37. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-09 do dnia 2024-09-15 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- Ubogopurynowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-09-10 wtorek	PN	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt		
		Wartość energetyczna: 1895.21 kcal; Białko ogółem: 53.40 g; Tłuszcz: 38.87 g; Kw. tł. nasy.: 14.48 g; Węglowodany ogółem: 344.21 g; W tym cukry: 110.98 g; Błonnik pok.: 26.35 g; Sól: 6.13 g; WW: 32.03 Por; : 11.27 %; : 72.65 %; Ener. z T: 18.46 %; Ener. z Bł.: 2.78 %; K: 2952.06 mg;	Wartość energetyczna: 2006.17 kcal; Białko ogółem: 75.58 g; Tłuszcz: 54.03 g; Kw. tł. nasy.: 18.57 g; Węglowodany ogółem: 312.59 g; W tym cukry: 91.40 g; Błonnik pok.: 22.46 g; Sól: 9.32 g; WW: 29.23 Por; : 15.07 %; : 62.33 %; Ener. z T: 24.24 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 3030.43 mg;	Wartość energetyczna: 1759.50 kcal; Białko ogółem: 72.61 g; Tłuszcz: 53.06 g; Kw. tł. nasy.: 17.89 g; Węglowodany ogółem: 263.67 g; W tym cukry: 54.14 g; Błonnik pok.: 34.92 g; Sól: 10.66 g; WW: 22.90 Por; : 16.51 %; : 59.94 %; Ener. z T: 27.14 %; Ener. z Bł.: 3.97 %; K: 3344.71 mg;
2024-09-11 środa	Śniadanie	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 30 g ( <b>MLE.</b> ) Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g	

Jadłospisy z 37. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-09 do dnia 2024-09-15 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- Ubogopurynowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-09-11 środa	II ŚN			
	Obiad	Grysikowa * 400 ml ( <b><u>GLU PSZ. SEL.</u></b> ) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g Dynia duszona z olejem* 200 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml ( <b><u>GLU PSZ. SEL.</u></b> ) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos bazyliowy* 50 ml ( <b><u>GLU PSZ. SEL.</u></b> ) Dynia duszona z olejem* 200 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
	PD	Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko 150 g	

Jadłospisy z 37. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-09 do dnia 2024-09-15 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- Ubogopurynowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzycya bezmleczna
2024-09-11 środa	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 drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 25 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g 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	
	PN	Rogal maślany 50g. 1 szt ( <b>GLU</b> <b>PSZ, JAJ, MLE.</b> )	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <b>SOJ.</b> )	

Jadłospisy z 37. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-09 do dnia 2024-09-15 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-09-11 środa	Wartość energetyczna: 1939.62 kcal; Białko ogółem: 57.27 g; Tłuszcz: 44.22 g; Kw. tł. nasy.: 19.66 g; Węglowodany ogółem: 335.36 g; W tym cukry: 97.18 g; Błonnik pok.: 23.55 g; Sól: 4.17 g; WW: 31.17 Por; : 11.81 %; : 69.16 %; Ener. z T: 20.52 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 3351.76 mg;	Wartość energetyczna: 1889.78 kcal; Białko ogółem: 71.04 g; Tłuszcz: 56.55 g; Kw. tł. nasy.: 19.18 g; Węglowodany ogółem: 281.04 g; W tym cukry: 101.84 g; Błonnik pok.: 22.51 g; Sól: 7.52 g; WW: 25.86 Por; : 15.04 %; : 59.49 %; Ener. z T: 26.93 %; Ener. z Bł.: 2.38 %; K: 3493.79 mg;	

Jadłospisy z 37. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-09 do dnia 2024-09-15 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- Ubogopurynowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-09-12 czwartek	Śniadanie	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> ) Miód 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chałka 80 g ( <b>GLU PSZ. JAJ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g ( <b>SOJ.</b> )	
	II ŚN			

Jadłospisy z 37. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-09 do dnia 2024-09-15 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- Ubogopurynowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-09-12 czwartek	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml ( <b><u>GLU</u></b> <b><u>PSZ, MLE, SEL.</u></b> ) Makaron z warzywami* 300 g ( <b><u>GLU PSZ, MLE.</u></b> ) Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml ( <b><u>GLU</u></b> <b><u>PSZ, SEL.</u></b> ) Makaron 200 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> ) Sos mięsno-warzywny * (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <b><u>GLU PSZ, SEL.</u></b> ) Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
	PD	Jabłko 150 g		

Jadłospisy z 37. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-09 do dnia 2024-09-15 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- Ubogopurynowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-09-12 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% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta warzywna* 80 g ( <b>SEL.</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 Szynka Konserwowa wieprzowa, produk t blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2178.69 kcal; Białko ogółem: 50.03 g; Tłuszcz: 44.05 g; Kw. tł. nasy.: 17.76 g; Węglowodany ogółem: 412.43 g; W tym cukry: 88.29 g; Błonnik pok.: 31.24 g; Sól: 4.29 g; WW: 38.06 Por; : 9.18 %; : 75.72 %; Ener. z T: 18.20 %; Ener. z Bł.: 2.87 %; K: 3668.27 mg;	Wartość energetyczna: 1916.91 kcal; Białko ogółem: 73.73 g; Tłuszcz: 53.56 g; Kw. tł. nasy.: 16.46 g; Węglowodany ogółem: 297.94 g; W tym cukry: 79.81 g; Błonnik pok.: 22.72 g; Sól: 7.99 g; WW: 27.48 Por; : 15.39 %; : 62.17 %; Ener. z T: 25.15 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 3360.31 mg;	

Jadłospisy z 37. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-09 do dnia 2024-09-15 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	
2024-09-13 piątek	Śniadanie	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> ) Twaróg półtłusty 40 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Dżem 25 g 1 szt Jabłko 150 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ.</b> <b>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 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> <b>GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		II ŚN		Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ.</b> <b>GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ.</b> )

Jadłospisy z 37. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-09 do dnia 2024-09-15 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- Ubogopurynowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-09-13 piątek	Obiad	Ryżowa* 400 ml <b>(MLE, SEL.)</b> Pyzy ziemniaczane* 250 g Warzywa po grecku* 200 g <b>(GLU PSZ, SEL.)</b> Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml <b>(SEL.)</b> Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g <b>(RYB.)</b> Warzywa po grecku* 200 g <b>(GLU PSZ, SEL.)</b> Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml <b>(SEL.)</b> Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 100 g Łosoś pieczony 80g 80 g <b>(RYB.)</b> Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml	
	Kolacja	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> Sałata zielona 20 g 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 Jajko gotowane kl M 1 szt <b>(JAJ.)</b> Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g <b>(SOJ.)</b>	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g <b>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</b> Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt <b>(JAJ.)</b> Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g <b>(SOJ.)</b>

Jadłospisy z 37. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-09 do dnia 2024-09-15 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- Ubogopurynowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-09-13 piątek	PZ	Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE</u> )	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ</u> )	
		Wartość energetyczna: 1974.49 kcal; Białko ogółem: 46.36 g; Tłuszcz: 43.99 g; Kw. tł. nasy.: 19.43 g; Węglowodany ogółem: 355.51 g; W tym cukry: 105.58 g; Błonnik pok.: 23.13 g; Sól: 4.78 g; WW: 33.28 Por; : 9.39 %; : 72.02 %; Ener. z T: 20.05 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 1755.14 mg;	Wartość energetyczna: 1996.97 kcal; Białko ogółem: 68.07 g; Tłuszcz: 70.40 g; Kw. tł. nasy.: 21.47 g; Węglowodany ogółem: 283.49 g; W tym cukry: 106.59 g; Błonnik pok.: 21.14 g; Sól: 5.90 g; WW: 26.27 Por; : 13.63 %; : 56.78 %; Ener. z T: 31.73 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 2971.65 mg;	Wartość energetyczna: 1712.39 kcal; Białko ogółem: 68.93 g; Tłuszcz: 76.99 g; Kw. tł. nasy.: 21.26 g; Węglowodany ogółem: 199.03 g; W tym cukry: 39.52 g; Błonnik pok.: 27.11 g; Sól: 8.37 g; WW: 17.26 Por; : 16.10 %; : 46.49 %; Ener. z T: 40.46 %; Ener. z Bł.: 3.17 %; K: 2658.59 mg;

Jadłospisy z 37. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-09 do dnia 2024-09-15 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-09-14 sobota Śniadanie	<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>)                      Szynka piastowska-wędzona, wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 25 g (<b><u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.</u></b>)                      Pomidor 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                      Biskopki b/m 30 g (<b><u>GLU PSZ. JAJ. SOJ.</u></b>)</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                      Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Pomidor 80 g                      Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                      Biskopki b/m 30 g (<b><u>GLU PSZ. JAJ. SOJ.</u></b>)</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<b><u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u></b>)                      Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g                      Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 80 g                      Pomidor 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>
II ŚN			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt

Jadłospisy z 37. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-09 do dnia 2024-09-15 KUCHNIA STARACHOWICE

2024-09-14 sobota

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzycza bezmleczna
Obiad	Selerowa z ziemniakami * ( ) 400 ml ( <b><u>MLE</u></b> , <b><u>SEL</u></b> ,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b><u>GLU</u></b> , <b><u>JECZ</u></b> ,) Gulasz warzywny * 200 g ( <b><u>GLU</u></b> , <b><u>PSZ</u></b> , <b><u>SEL</u></b> ,) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* ( ) 400 ml ( <b><u>SEL</u></b> ,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b><u>GLU</u></b> , <b><u>JECZ</u></b> ,) Potrawka drobiowa ( ) 150 g ( <b><u>GLU</u></b> , <b><u>PSZ</u></b> , <b><u>SEL</u></b> ,) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* ( ) 400 ml ( <b><u>SEL</u></b> ,) Kasza bulgur 100 g ( <b><u>GLU</u></b> , <b><u>PSZ</u></b> ,) Potrawka drobiowa ( ) 150 g ( <b><u>GLU</u></b> , <b><u>PSZ</u></b> , <b><u>SEL</u></b> ,) Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml
PD	Jabłko pieczone 150 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	

Jadłospisy z 37. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-09 do dnia 2024-09-15 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	
2024-09-14 sobota	Kolacja	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> ) Pasta warzywna* 80 g ( <b><u>SEL.</u></b> ) 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.</u></b> <b><u>GLU ZYT.</u></b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 80 g ( <b><u>SOJ.</u></b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	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 z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 80 g ( <b><u>SOJ.</u></b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g
		PN	Banan 150 g	Jabłko 150 g
	Wartość energetyczna: 2139.08 kcal; Białko ogółem: 49.83 g; Tłuszcz: 57.59 g; Kw. tł. nasy.: 18.79 g; Węglowodany ogółem: 374.53 g; W tym cukry: 104.05 g; Błonnik pok.: 40.82 g; Sól: 5.11 g; WW: 33.41 Por; : 9.32 %; : 70.03 %; Ener. z T: 24.23 %; Ener. z Bł.: 3.82 %; K: 4247.54 mg;	Wartość energetyczna: 2106.19 kcal; Białko ogółem: 81.16 g; Tłuszcz: 49.89 g; Kw. tł. nasy.: 14.35 g; Węglowodany ogółem: 350.08 g; W tym cukry: 84.61 g; Błonnik pok.: 36.62 g; Sól: 7.70 g; WW: 31.45 Por; : 15.41 %; : 66.49 %; Ener. z T: 21.32 %; Ener. z Bł.: 3.48 %; K: 4082.36 mg;	Wartość energetyczna: 1671.72 kcal; Białko ogółem: 74.43 g; Tłuszcz: 53.03 g; Kw. tł. nasy.: 12.20 g; Węglowodany ogółem: 239.83 g; W tym cukry: 46.74 g; Błonnik pok.: 37.56 g; Sól: 9.32 g; WW: 20.31 Por; : 17.81 %; : 57.39 %; Ener. z T: 28.55 %; Ener. z Bł.: 4.49 %; K: 3426.19 mg;	

Jadłospisy z 37. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-09 do dnia 2024-09-15 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-09-15 niedziela Śniadanie	<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>)                      Twaróg półtłusty 30 g (<b><u>MLE.</u></b>)                      Pomidor 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                      Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<b><u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u></b>)                      Masło extra 82% 5 g (<b><u>MLE.</u></b>)                      Miód 25 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                      Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g                      Pomidor 80 g                      Sałata zielona 20 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 1 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                      Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g                      Pomidor 80 g                      Sałata zielona 20 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                      Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<b><u>JAJ.</u></b>)</p>

Jadłospisy z 37. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-09 do dnia 2024-09-15 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- Ubogopurynowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-09-15 niedziela	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Sos własny () 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Schab gotowany 70 g Sos własny () 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Schab gotowany 70 g Sos własny () 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml
	PD	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g	

Jadłospisy z 37. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-09 do dnia 2024-09-15 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- Ubogopurynowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-09-15 niedziela	Kolacja	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> ) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobiona, parzona w ostłonce niejadalnej 25 g ( <b><u>GLU PSZ. SOJ.</u></b> <b><u>MLE, GLU OW.</u></b> ) Pomidor 80 g 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.</u></b> <b><u>GLU ZYT.</u></b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wę dz.parzo.z dodat.wody w ostł.niejad 80 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 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 Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wę dz.parzo.z dodat.wody w ostł.niejad 80 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt ( <b><u>może zawierać:</u></b> <b><u>MLE.</u></b> )	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	

Jadłospisy z 37. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-09 do dnia 2024-09-15 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-09-15 niedziela	Wartość energetyczna: 1730.33 kcal; Białko ogółem: 46.27 g; Tłuszcz: 44.73 g; Kw. tł. nasy.: 22.98 g; Węglowodany ogółem: 292.98 g; W tym cukry: 71.48 g; Błonnik pok.: 22.47 g; Sól: 4.26 g; WW: 27.21 Por; : 10.70 %; : 67.73 %; Ener. z T: 23.26 %; Ener. z Bł.: 2.60 %; K: 2694.13 mg;	Wartość energetyczna: 1835.64 kcal; Białko ogółem: 89.02 g; Tłuszcz: 46.09 g; Kw. tł. nasy.: 17.88 g; Węglowodany ogółem: 275.30 g; W tym cukry: 71.93 g; Błonnik pok.: 22.37 g; Sól: 8.17 g; WW: 25.40 Por; : 19.40 %; : 59.99 %; Ener. z T: 22.60 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 3115.78 mg;	Wartość energetyczna: 1418.77 kcal; Białko ogółem: 78.58 g; Tłuszcz: 36.59 g; Kw. tł. nasy.: 13.94 g; Węglowodany ogółem: 204.60 g; W tym cukry: 44.07 g; Błonnik pok.: 26.13 g; Sól: 7.68 g; WW: 17.97 Por; : 22.16 %; : 57.68 %; Ener. z T: 23.21 %; Ener. z Bł.: 3.68 %; K: 2677.96 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,