

Jadłospisy z 36. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-08 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna
2024-09-02 poniedziałek	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Schab Maryny-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Arbuz 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Schab Maryny-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Arbuz 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Schab Maryny-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Schab Maryny-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Schab Maryny-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Schab Maryny-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Arbuz 150 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka zielonogórska-wp. parzona 30 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Arbuz 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab Maryny-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 80 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Arbuz 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Arbuz 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka zielonogórska-wp. parzona 30 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Arbuz 150 g
	II ŚN				Arbuz 150 g						

Jadłospisy z 36. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-08 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna
2024-09-02 poniedziałek	Obiad	Fasolowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami *() 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 200 g	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami *() 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami *() 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 200 g		Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami *() 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami *() 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 200 g	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami *() 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 200 g	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami *() 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	PD	Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszeny 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 30 g (MLE.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)		Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Chrupki kukurydziane 20 g			

Jadłospisy z 36. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-08 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLUPSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLUPSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) Pasta z twarogu z dżemem truskawkowym 60 g (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLUPSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLUPSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE.) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLUPSZ.) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLUPSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) Pomidor 100 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLUPSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 25 g (SOJ.) Pomidor 100 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLUPSZ.) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) Pomidor 100 g
PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt				Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt					
	Wartość energetyczna: 2185.61 kcal; Białko ogółem: 83.24 g; Tłuszcz: 48.79 g; Kw. tł. nasy.: 24.63 g; Węglowodany ogółem: 365.61 g; W tym cukry: 107.21 g; Błonnik pok.: 29.19 g; Sól: 6.75 g; WW: 33.53 Por; : 15.23 %; : 66.91 %; Ener. z T: 20.09 %; Ener. z Bł.: 2.67 %; K: 2921.52 mg;	Wartość energetyczna: 2192.73 kcal; Białko ogółem: 81.30 g; Tłuszcz: 50.18 g; Kw. tł. nasy.: 24.74 g; Węglowodany ogółem: 363.98 g; W tym cukry: 109.91 g; Błonnik pok.: 24.00 g; Sól: 6.39 g; WW: 33.95 Por; : 14.83 %; : 66.40 %; Ener. z T: 20.60 %; Ener. z Bł.: 2.19 %; K: 2915.87 mg;	Wartość energetyczna: 2496.82 kcal; Białko ogółem: 102.49 g; Tłuszcz: 67.61 g; Kw. tł. nasy.: 35.32 g; Węglowodany ogółem: 385.71 g; W tym cukry: 107.99 g; Błonnik pok.: 30.82 g; Sól: 8.79 g; WW: 35.44 Por; : 16.42 %; : 61.79 %; Ener. z T: 24.37 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 3197.97 mg;	Wartość energetyczna: 1651.54 kcal; Białko ogółem: 72.67 g; Tłuszcz: 48.15 g; Kw. tł. nasy.: 18.19 g; Węglowodany ogółem: 246.86 g; W tym cukry: 75.22 g; Błonnik pok.: 33.48 g; Sól: 7.29 g; WW: 21.19 Por; : 17.60 %; : 59.79 %; Ener. z T: 26.24 %; Ener. z Bł.: 4.05 %; K: 3889.59 mg;	Wartość energetyczna: 2413.02 kcal; Białko ogółem: 89.86 g; Tłuszcz: 61.03 g; Kw. tł. nasy.: 29.28 g; Węglowodany ogółem: 387.36 g; W tym cukry: 98.40 g; Błonnik pok.: 23.87 g; Sól: 7.38 g; WW: 36.34 Por; : 14.90 %; : 64.21 %; Ener. z T: 22.76 %; Ener. z Bł.: 1.98 %; K: 2538.70 mg;	Wartość energetyczna: 2119.12 kcal; Białko ogółem: 81.33 g; Tłuszcz: 49.03 g; Kw. tł. nasy.: 24.63 g; Węglowodany ogółem: 345.88 g; W tym cukry: 108.63 g; Błonnik pok.: 18.25 g; Sól: 5.29 g; WW: 32.67 Por; : 15.35 %; : 65.29 %; Ener. z T: 20.83 %; Ener. z Bł.: 1.72 %; K: 2637.77 mg;	Wartość energetyczna: 1904.82 kcal; Białko ogółem: 75.25 g; Tłuszcz: 46.36 g; Kw. tł. nasy.: 14.32 g; Węglowodany ogółem: 309.21 g; W tym cukry: 87.17 g; Błonnik pok.: 21.23 g; Sól: 5.44 g; WW: 28.88 Por; : 15.80 %; : 64.93 %; Ener. z T: 21.90 %; Ener. z Bł.: 2.23 %; K: 3208.81 mg;	Wartość energetyczna: 2134.40 kcal; Białko ogółem: 85.30 g; Tłuszcz: 42.39 g; Kw. tł. nasy.: 20.21 g; Węglowodany ogółem: 365.65 g; W tym cukry: 98.13 g; Błonnik pok.: 24.92 g; Sól: 7.97 g; WW: 34.01 Por; : 15.99 %; : 68.53 %; Ener. z T: 17.88 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 2888.57 mg;	Wartość energetyczna: 2084.95 kcal; Białko ogółem: 61.83 g; Tłuszcz: 49.17 g; Kw. tł. nasy.: 22.85 g; Węglowodany ogółem: 362.65 g; W tym cukry: 97.23 g; Błonnik pok.: 27.25 g; Sól: 4.13 g; WW: 33.41 Por; : 11.86 %; : 69.58 %; Ener. z T: 21.22 %; Ener. z Bł.: 2.61 %; K: 2884.62 mg;	Wartość energetyczna: 1817.50 kcal; Białko ogółem: 70.84 g; Tłuszcz: 46.25 g; Kw. tł. nasy.: 14.21 g; Węglowodany ogółem: 291.16 g; W tym cukry: 86.43 g; Błonnik pok.: 20.51 g; Sól: 5.76 g; WW: 27.11 Por; : 15.59 %; : 64.08 %; Ener. z T: 22.90 %; Ener. z Bł.: 2.26 %; K: 3164.01 mg;

Jadłospisy z 36. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-08 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	
2024-09-03 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 80 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 80 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 80 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 80 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 80 g Mus z jabłek prażonych 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ,) 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 Jabłko 150 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 80 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g	Zacierka na jarzynowym 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) 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 Jabłko 150 g
		II ŚN			Jabłko 150 g						
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko 200 g Szynka wieprzowa gotowana 70 g Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko (brązowy) 100 g Szynka wieprzowa gotowana 70 g Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Buraczki gotowane () 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko (brązowy) 100 g Szynka wieprzowa gotowana 70 g Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Buraczki gotowane () 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko 200 g Szynka wieprzowa gotowana 70 g Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko 200 g Szynka wieprzowa gotowana 70 g Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko 200 g Szynka wieprzowa gotowana 70 g Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko 200 g Szynka wieprzowa gotowana 70 g Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Knedle ziemniaczane z jabłkiem () 300 g (MLE,) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko 200 g Szynka wieprzowa gotowana 70 g Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	

Jadłospisy z 36. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-08 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna
PD	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)		Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzo skwinia 100g (tubka) 1 szt	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)		Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzo skwinia 100g (tubka) 1 szt
2024-09-03 wtorek Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobiony parzony, wędzony 80 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. OZI. MLE. SEL. GOR. SEZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL.)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wę dz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 30 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wę dz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g
PN	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml		Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.)			Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml				

Jadłospisy z 36. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-08 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna
2024-09-03 wtorek	Wartość energetyczna: 2292.65 kcal; Białko ogółem: 99.42 g; Tłuszcz: 60.61 g; Kw. tł. nasy.: 29.33 g; Węglowodany ogółem: 351.72 g; W tym cukry: 114.16 g; Błonnik pok.: 29.27 g; Sól: 6.33 g; WW: 32.30 Por; : 17.35 %; : 61.37 %; Ener. z T: 23.79 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 3752.99 mg;	Wartość energetyczna: 2341.85 kcal; Białko ogółem: 103.75 g; Tłuszcz: 55.63 g; Kw. tł. nasy.: 28.89 g; Węglowodany ogółem: 370.25 g; W tym cukry: 120.14 g; Błonnik pok.: 27.21 g; Sól: 6.13 g; WW: 34.30 Por; : 17.72 %; : 63.24 %; Ener. z T: 21.38 %; Ener. z Bł.: 2.32 %; K: 4078.15 mg;	Wartość energetyczna: 2675.77 kcal; Białko ogółem: 131.84 g; Tłuszcz: 82.26 g; Kw. tł. nasy.: 43.90 g; Węglowodany ogółem: 372.81 g; W tym cukry: 97.82 g; Błonnik pok.: 34.44 g; Sól: 10.20 g; WW: 33.83 Por; : 19.71 %; : 55.73 %; Ener. z T: 27.67 %; Ener. z Bł.: 2.57 %; K: 4307.77 mg;	Wartość energetyczna: 1646.82 kcal; Białko ogółem: 86.23 g; Tłuszcz: 49.43 g; Kw. tł. nasy.: 22.14 g; Węglowodany ogółem: 230.58 g; W tym cukry: 49.00 g; Błonnik pok.: 37.23 g; Sól: 5.77 g; WW: 19.39 Por; : 20.94 %; : 56.01 %; Ener. z T: 27.01 %; Ener. z Bł.: 4.52 %; K: 3865.10 mg;	Wartość energetyczna: 2536.30 kcal; Białko ogółem: 116.15 g; Tłuszcz: 64.27 g; Kw. tł. nasy.: 32.18 g; Węglowodany ogółem: 388.34 g; W tym cukry: 125.90 g; Błonnik pok.: 21.27 g; Sól: 6.89 g; WW: 36.63 Por; : 18.32 %; : 61.25 %; Ener. z T: 22.81 %; Ener. z Bł.: 1.68 %; K: 3637.13 mg;	Wartość energetyczna: 2261.37 kcal; Białko ogółem: 97.28 g; Tłuszcz: 54.29 g; Kw. tł. nasy.: 28.57 g; Węglowodany ogółem: 357.05 g; W tym cukry: 119.25 g; Błonnik pok.: 22.05 g; Sól: 4.96 g; WW: 33.50 Por; : 17.21 %; : 63.16 %; Ener. z T: 21.61 %; Ener. z Bł.: 1.95 %; K: 3927.65 mg;	Wartość energetyczna: 1862.47 kcal; Białko ogółem: 72.26 g; Tłuszcz: 35.35 g; Kw. tł. nasy.: 13.33 g; Węglowodany ogółem: 326.00 g; W tym cukry: 109.31 g; Błonnik pok.: 21.74 g; Sól: 6.07 g; WW: 30.47 Por; : 15.52 %; : 70.01 %; Ener. z T: 17.08 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 3407.24 mg;	Wartość energetyczna: 2282.01 kcal; Białko ogółem: 103.69 g; Tłuszcz: 49.03 g; Kw. tł. nasy.: 24.51 g; Węglowodany ogółem: 370.19 g; W tym cukry: 120.09 g; Błonnik pok.: 27.21 g; Sól: 6.13 g; WW: 34.29 Por; : 18.18 %; : 64.89 %; Ener. z T: 19.34 %; Ener. z Bł.: 2.38 %; K: 4076.15 mg;	Wartość energetyczna: 2072.41 kcal; Białko ogółem: 54.17 g; Tłuszcz: 40.73 g; Kw. tł. nasy.: 23.44 g; Węglowodany ogółem: 388.58 g; W tym cukry: 114.22 g; Błonnik pok.: 32.10 g; Sól: 4.60 g; WW: 35.61 Por; : 10.46 %; : 75.00 %; Ener. z T: 17.69 %; Ener. z Bł.: 3.10 %; K: 4426.22 mg;	Wartość energetyczna: 1814.45 kcal; Białko ogółem: 79.09 g; Tłuszcz: 36.38 g; Kw. tł. nasy.: 13.76 g; Węglowodany ogółem: 304.38 g; W tym cukry: 109.08 g; Błonnik pok.: 21.02 g; Sól: 7.43 g; WW: 28.35 Por; : 17.43 %; : 67.10 %; Ener. z T: 18.05 %; Ener. z Bł.: 2.32 %; K: 3362.44 mg;
2024-09-04 środa Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 80 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u>) Arbuz 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 80 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u>) Arbuz 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenno 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 80 g (<u>SOJ.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u>) Arbuz 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenno 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 80 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Budyń o smaku czekoladowym z/c 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka rodzinna-wędzona wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u>) Arbuz 150 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Mix sałat 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Arbuz 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 80 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Arbuz 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Arbuz 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 80 g Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Arbuz 150 g
II ŚN				Arbuz 150 g						

Jadłospisy z 36. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-08 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna
2024-09-04 środa Obiad	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Marchew oprószana z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew oprószana z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Marchew oprószana z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Pulpet drobiowy 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 50 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Marchew oprószana z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Marchew oprószana z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Pyzy ziemniaczane* 300 g Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew oprószana z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Pulpet drobiowy 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 50 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Marchew oprószana z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
PD	Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (MLE.)		Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.)			Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (MLE.)	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (MLE.)	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	

Jadłospisy z 36. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-08 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna
2024-09-04 środa Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Paprykarz szczeciński 80 g (RYB, SOJ.) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (SOJ.)	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paprykarz szczeciński 80 g (RYB, SOJ.) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (SOJ.)	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (SOJ.)	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.) Pomidor 80 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (SOJ.)
	PN	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzo skwinia 100g (tubka) 1 szt	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzo skwinia 100g (tubka) 1 szt

Jadłospisy z 36. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-08 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna
2024-09-04 środa	Wartość energetyczna: 2051.00 kcal; Białko ogółem: 72.47 g; Tłuszcz: 63.18 g; Kw. tł. nasy.: 23.98 g; Węglowodany ogółem: 309.97 g; W tym cukry: 94.44 g; Błonnik pok.: 23.52 g; Sól: 7.92 g; WW: 28.74 Por; : 14.13 %; : 60.45 %; Ener. z T: 27.72 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 3781.40 mg;	Wartość energetyczna: 2132.46 kcal; Białko ogółem: 76.70 g; Tłuszcz: 62.75 g; Kw. tł. nasy.: 25.02 g; Węglowodany ogółem: 326.86 g; W tym cukry: 95.98 g; Błonnik pok.: 23.25 g; Sól: 7.44 g; WW: 30.49 Por; : 14.39 %; : 61.31 %; Ener. z T: 26.48 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 3688.21 mg;	Wartość energetyczna: 2395.15 kcal; Białko ogółem: 101.95 g; Tłuszcz: 72.19 g; Kw. tł. nasy.: 27.83 g; Węglowodany ogółem: 348.43 g; W tym cukry: 98.62 g; Błonnik pok.: 28.55 g; Sól: 8.90 g; WW: 32.14 Por; : 17.03 %; : 58.19 %; Ener. z T: 27.13 %; Ener. z Bł.: 2.38 %; K: 4088.61 mg;	Wartość energetyczna: 1553.05 kcal; Białko ogółem: 63.69 g; Tłuszcz: 55.04 g; Kw. tł. nasy.: 19.35 g; Węglowodany ogółem: 216.35 g; W tym cukry: 41.09 g; Błonnik pok.: 28.83 g; Sól: 9.55 g; WW: 18.78 Por; : 16.40 %; : 55.72 %; Ener. z T: 31.90 %; Ener. z Bł.: 3.71 %; K: 3175.59 mg;	Wartość energetyczna: 2095.59 kcal; Białko ogółem: 82.32 g; Tłuszcz: 68.39 g; Kw. tł. nasy.: 29.43 g; Węglowodany ogółem: 297.11 g; W tym cukry: 81.31 g; Błonnik pok.: 19.33 g; Sól: 7.39 g; WW: 27.88 Por; : 15.71 %; : 56.71 %; Ener. z T: 29.37 %; Ener. z Bł.: 1.84 %; K: 3291.35 mg;	Wartość energetyczna: 2063.85 kcal; Białko ogółem: 79.40 g; Tłuszcz: 61.08 g; Kw. tł. nasy.: 24.61 g; Węglowodany ogółem: 308.04 g; W tym cukry: 95.50 g; Błonnik pok.: 18.09 g; Sól: 6.72 g; WW: 29.10 Por; : 15.39 %; : 59.70 %; Ener. z T: 26.63 %; Ener. z Bł.: 1.75 %; K: 3537.71 mg;	Wartość energetyczna: 1806.00 kcal; Białko ogółem: 65.66 g; Tłuszcz: 47.23 g; Kw. tł. nasy.: 14.76 g; Węglowodany ogółem: 291.20 g; W tym cukry: 107.02 g; Błonnik pok.: 18.58 g; Sól: 6.05 g; WW: 27.38 Por; : 14.54 %; : 64.50 %; Ener. z T: 23.53 %; Ener. z Bł.: 2.06 %; K: 3109.56 mg;	Wartość energetyczna: 1962.28 kcal; Białko ogółem: 71.60 g; Tłuszcz: 50.99 g; Kw. tł. nasy.: 17.90 g; Węglowodany ogółem: 316.29 g; W tym cukry: 88.58 g; Błonnik pok.: 23.25 g; Sól: 7.29 g; WW: 29.42 Por; : 14.60 %; : 64.47 %; Ener. z T: 23.39 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 3490.71 mg;	Wartość energetyczna: 2029.62 kcal; Białko ogółem: 39.24 g; Tłuszcz: 43.94 g; Kw. tł. nasy.: 17.52 g; Węglowodany ogółem: 377.14 g; W tym cukry: 108.98 g; Błonnik pok.: 19.38 g; Sól: 5.80 g; WW: 35.97 Por; : 7.73 %; : 74.33 %; Ener. z T: 19.48 %; Ener. z Bł.: 1.91 %; K: 1901.23 mg;	Wartość energetyczna: 1723.96 kcal; Białko ogółem: 65.28 g; Tłuszcz: 47.26 g; Kw. tł. nasy.: 14.87 g; Węglowodany ogółem: 270.37 g; W tym cukry: 106.64 g; Błonnik pok.: 17.86 g; Sól: 6.37 g; WW: 25.33 Por; : 15.15 %; : 62.73 %; Ener. z T: 24.67 %; Ener. z Bł.: 2.07 %; K: 3064.76 mg;
2024-09-05 czwartek	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ. MLE.</u>) Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt (<u>GLU PSZ. MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ. MLE.</u>) Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt (<u>GLU PSZ. MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ. MLE.</u>) Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt (<u>GLU PSZ. MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem* 80 g Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE. GLU OW.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ. MLE.</u>) Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt (<u>GLU PSZ. MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa 10 g 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 Jabłko 1 szt 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt (<u>GLU PSZ. MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Miód 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt (<u>GLU PSZ. MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 80 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt
II ŚN				Słupki z warzyw () 150 g						

Jadłospisy z 36. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-08* KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna
2024-09-05 czwartek	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Fasolka po bretońsku 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ.) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 440 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ.) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ.) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ.) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * (bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ.) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ.) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * (bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* dieta 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ.) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * (bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ.) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
		PD	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)			Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt			
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 80 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 80 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 80 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna dębowa drobiowa długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 80 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 80 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml

Jadłospisy z 36. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-08 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna
2024-09-05 czwartek	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt					Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt				
	Wartość energetyczna: 2253.19 kcal; Białko ogółem: 81.08 g; Tłuszcz: 65.96 g; Kw. tł. nasy.: 29.07 g; Węglowodany ogółem: 350.57 g; W tym cukry: 107.05 g; Błonnik pok.: 36.98 g; Sól: 8.71 g; WW: 31.47 Por; : 14.39 %; : 62.24 %; Ener. z T: 26.35 %; Ener. z Bł.: 3.28 %; K: 3601.73 mg;	Wartość energetyczna: 2269.90 kcal; Białko ogółem: 85.95 g; Tłuszcz: 73.18 g; Kw. tł. nasy.: 27.29 g; Węglowodany ogółem: 330.27 g; W tym cukry: 103.44 g; Błonnik pok.: 28.44 g; Sól: 6.79 g; WW: 30.21 Por; : 15.15 %; : 58.20 %; Ener. z T: 29.02 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 3863.79 mg;	Wartość energetyczna: 2604.50 kcal; Białko ogółem: 109.66 g; Tłuszcz: 88.66 g; Kw. tł. nasy.: 31.99 g; Węglowodany ogółem: 359.04 g; W tym cukry: 107.05 g; Błonnik pok.: 36.86 g; Sól: 8.91 g; WW: 32.19 Por; : 16.84 %; : 55.14 %; Ener. z T: 30.64 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 4486.33 mg;	Wartość energetyczna: 1821.55 kcal; Białko ogółem: 81.75 g; Tłuszcz: 59.86 g; Kw. tł. nasy.: 20.67 g; Węglowodany ogółem: 260.41 g; W tym cukry: 59.79 g; Błonnik pok.: 41.04 g; Sól: 6.86 g; WW: 21.86 Por; : 17.95 %; : 57.18 %; Ener. z T: 29.57 %; Ener. z Bł.: 4.51 %; K: 4441.66 mg;	Wartość energetyczna: 2325.91 kcal; Białko ogółem: 96.13 g; Tłuszcz: 76.52 g; Kw. tł. nasy.: 29.54 g; Węglowodany ogółem: 326.36 g; W tym cukry: 79.10 g; Błonnik pok.: 27.27 g; Sól: 6.86 g; WW: 29.91 Por; : 16.53 %; : 56.13 %; Ener. z T: 29.61 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 3926.05 mg;	Wartość energetyczna: 2189.42 kcal; Białko ogółem: 79.48 g; Tłuszcz: 71.84 g; Kw. tł. nasy.: 26.97 g; Węglowodany ogółem: 317.07 g; W tym cukry: 102.55 g; Błonnik pok.: 23.28 g; Sól: 5.62 g; WW: 29.41 Por; : 14.52 %; : 57.93 %; Ener. z T: 29.53 %; Ener. z Bł.: 2.13 %; K: 3713.29 mg;	Wartość energetyczna: 1954.73 kcal; Białko ogółem: 65.65 g; Tłuszcz: 57.87 g; Kw. tł. nasy.: 15.17 g; Węglowodany ogółem: 306.49 g; W tym cukry: 100.92 g; Błonnik pok.: 25.18 g; Sól: 7.14 g; WW: 28.09 Por; : 13.44 %; : 62.72 %; Ener. z T: 26.65 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 3607.29 mg;	Wartość energetyczna: 2119.16 kcal; Białko ogółem: 80.85 g; Tłuszcz: 63.58 g; Kw. tł. nasy.: 21.13 g; Węglowodany ogółem: 319.70 g; W tym cukry: 96.04 g; Błonnik pok.: 28.44 g; Sól: 6.65 g; WW: 29.13 Por; : 15.26 %; : 60.35 %; Ener. z T: 27.00 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 3666.29 mg;	Wartość energetyczna: 1977.96 kcal; Białko ogółem: 40.72 g; Tłuszcz: 58.28 g; Kw. tł. nasy.: 20.91 g; Węglowodany ogółem: 336.46 g; W tym cukry: 94.65 g; Błonnik pok.: 28.44 g; Sól: 4.51 g; WW: 30.84 Por; : 8.23 %; : 68.04 %; Ener. z T: 26.52 %; Ener. z Bł.: 2.88 %; K: 3330.44 mg;	Wartość energetyczna: 2055.60 kcal; Białko ogółem: 74.29 g; Tłuszcz: 59.51 g; Kw. tł. nasy.: 15.62 g; Węglowodany ogółem: 322.11 g; W tym cukry: 101.81 g; Błonnik pok.: 30.34 g; Sól: 8.69 g; WW: 29.15 Por; : 14.46 %; : 62.68 %; Ener. z T: 26.05 %; Ener. z Bł.: 2.95 %; K: 3757.79 mg;

Jadłospisy z 36. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-08 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna
2024-09-06 piątek Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twarożek 40 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Śliwka szt 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 40 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkami surowców 14 g (MLE.) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkami surowców 14 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkami surowców 14 g (MLE.) Dżem 60 g Mus z jabłek prażonych 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Dżem 60 g Mus z jabłek prażonych 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 40 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wę 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) dz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 40 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynka z indykiem drobiowa z dodatkami surowców 14 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Mus z jabłek prażonych 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynka z indykiem drobiowa z dodatkami surowców 14 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g
II ŚN				Śliwka szt 1 szt						

Jadłospisy z 36. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-08 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	
2024-09-06 piątek	Obiad	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Ryba smażona (Miruna) 70 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 100 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ryba gotowana (Miruna) 70 g (RYB.) Sos cytrynowy 50 ml (GLU PSZ, MLE.) Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Ryba gotowana (Miruna) 100 g (RYB.) Sos cytrynowy 50 ml (GLU PSZ, MLE.) Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 100 g Ryba gotowana (Miruna) 70 g (RYB.) Sos cytrynowy 50 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Ryba gotowana (Miruna) 70 g (RYB.) Sos cytrynowy 50 ml (GLU PSZ, MLE.) Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 150 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Ryba gotowana (Miruna) 70 g (RYB.) Sos cytrynowy 50 ml (GLU PSZ, MLE.) Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Sos cytrynowy (bez mleka) 50 ml (GLU PSZ.) Ryba gotowana (Miruna) 70 g (RYB.) Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ryba gotowana (Miruna) 70 g (RYB.) Sos cytrynowy 50 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Knedle ziemniaczane z jabłkiem () 300 g (MLE.) Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Ryba gotowana (Miruna) 70 g (RYB.) Sos cytrynowy (bez mleka) 50 ml (GLU PSZ.) Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml
		PD	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)					Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 30 g (SOJ.)

Jadłospisy z 36. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-08 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna
2024-09-06 piątek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Polędwica 20 g Sopocka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 30 g (SOJ.)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Polędwica 20 g Sopocka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 30 g (SOJ.)	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Polędwica 20 g Sopocka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 30 g (SOJ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Polędwica 20 g Sopocka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 30 g (SOJ.)	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pasta warzywna* 80 g (SEL.) Polędwica 20 g Sopocka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 30 g (SOJ.)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Polędwica 20 g Sopocka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 80 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt					Sok pomidorowy 0,3l 1 szt			
	Wartość energetyczna: 1998.48 kcal; Białko ogółem: 76.78 g; Tłuszcz: 67.05 g; Kw. tł. nasy.: 26.15 g; Węglowodany ogółem: 284.27 g; W tym cukry: 78.84 g; Błonnik pok.: 25.75 g; Sól: 7.77 g; WW: 25.91 Por; : 15.37 %; : 56.90 %; Ener. z T: 30.20 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 3325.96 mg;	Wartość energetyczna: 2044.59 kcal; Białko ogółem: 83.37 g; Tłuszcz: 61.12 g; Kw. tł. nasy.: 25.52 g; Węglowodany ogółem: 303.76 g; W tym cukry: 86.30 g; Błonnik pok.: 26.63 g; Sól: 7.60 g; WW: 27.77 Por; : 16.31 %; : 59.43 %; Ener. z T: 26.90 %; Ener. z Bł.: 2.60 %; K: 3437.79 mg;	Wartość energetyczna: 2307.20 kcal; Białko ogółem: 111.97 g; Tłuszcz: 70.28 g; Kw. tł. nasy.: 28.54 g; Węglowodany ogółem: 322.76 g; W tym cukry: 87.62 g; Błonnik pok.: 31.79 g; Sól: 10.66 g; WW: 29.17 Por; : 19.41 %; : 55.96 %; Ener. z T: 27.42 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K: 3678.09 mg;	Wartość energetyczna: 1402.41 kcal; Białko ogółem: 75.49 g; Tłuszcz: 46.79 g; Kw. tł. nasy.: 18.72 g; Węglowodany ogółem: 183.96 g; W tym cukry: 32.15 g; Błonnik pok.: 28.38 g; Sól: 7.62 g; WW: 15.52 Por; : 21.53 %; : 52.47 %; Ener. z T: 30.02 %; Ener. z Bł.: 4.05 %; K: 2686.46 mg;	Wartość energetyczna: 2204.94 kcal; Białko ogółem: 82.27 g; Tłuszcz: 61.52 g; Kw. tł. nasy.: 26.00 g; Węglowodany ogółem: 344.68 g; W tym cukry: 125.30 g; Błonnik pok.: 21.11 g; Sól: 6.22 g; WW: 32.27 Por; : 14.92 %; : 62.53 %; Ener. z T: 25.11 %; Ener. z Bł.: 1.91 %; K: 2981.96 mg;	Wartość energetyczna: 1997.75 kcal; Białko ogółem: 84.34 g; Tłuszcz: 60.61 g; Kw. tł. nasy.: 25.39 g; Węglowodany ogółem: 289.89 g; W tym cukry: 85.91 g; Błonnik pok.: 21.47 g; Sól: 7.17 g; WW: 26.87 Por; : 16.89 %; : 58.04 %; Ener. z T: 27.30 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 3287.29 mg;	Wartość energetyczna: 1774.35 kcal; Białko ogółem: 78.30 g; Tłuszcz: 53.50 g; Kw. tł. nasy.: 16.26 g; Węglowodany ogółem: 256.98 g; W tym cukry: 58.74 g; Błonnik pok.: 22.99 g; Sól: 9.56 g; WW: 23.33 Por; : 17.65 %; : 57.93 %; Ener. z T: 27.14 %; Ener. z Bł.: 2.59 %; K: 2788.44 mg;	Wartość energetyczna: 1941.19 kcal; Białko ogółem: 83.39 g; Tłuszcz: 48.61 g; Kw. tł. nasy.: 19.10 g; Węglowodany ogółem: 305.99 g; W tym cukry: 86.25 g; Błonnik pok.: 26.63 g; Sól: 8.68 g; WW: 28.03 Por; : 17.18 %; : 63.05 %; Ener. z T: 22.54 %; Ener. z Bł.: 2.74 %; K: 3369.29 mg;	Wartość energetyczna: 2042.00 kcal; Białko ogółem: 46.98 g; Tłuszcz: 50.67 g; Kw. tł. nasy.: 22.84 g; Węglowodany ogółem: 369.91 g; W tym cukry: 97.46 g; Błonnik pok.: 29.52 g; Sól: 6.86 g; WW: 34.05 Por; : 9.20 %; : 72.46 %; Ener. z T: 22.33 %; Ener. z Bł.: 2.89 %; K: 2843.74 mg;	Wartość energetyczna: 1841.56 kcal; Białko ogółem: 76.11 g; Tłuszcz: 54.98 g; Kw. tł. nasy.: 16.98 g; Węglowodany ogółem: 275.33 g; W tym cukry: 58.97 g; Błonnik pok.: 28.15 g; Sól: 10.27 g; WW: 24.72 Por; : 16.53 %; : 59.80 %; Ener. z T: 26.87 %; Ener. z Bł.: 3.06 %; K: 2938.94 mg;

Jadłospisy z 36. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-08 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna
2024-09-07 sobota Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka piastowska-wędz onka wieprzowa, wędzo na, parzona z wodą dodaną. 80 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka piastowska-wędz onka wieprzowa, wędzo na, parzona z wodą dodaną. 80 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka piastowska-wędz onka wieprzowa, wędzo na, parzona z wodą dodaną. 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka piastowska-wędz onka wieprzowa, wędzo na, parzona z wodą dodaną. 80 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka piastowska-wędz onka wieprzowa, wędzo na, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka piastowska-wędz onka wieprzowa, wędzo na, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) 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 Jabłko 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka piastowska-wędz onka wieprzowa, wędzo na, parzona z wodą dodaną. 80 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Sałatka jarzynowa z olejem () 80 g (SEL.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 80 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g
II ŚN				Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.)						

Jadłospisy z 36. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-08 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna
2024-09-07 sobota Obiad	Koperkowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Bigos 300 g (GLU PSZ, SEL, GOR.) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Banan 150 g	Koperkowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Szpinak gotowany z czosnkiem* 100 g (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Pyzy ziemniaczane* 300 g Sos własny (bez soli) 50 ml (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
PD	Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.)					Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.)	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	

Jadłospisy z 36. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-08 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna
2024-09-07 sobota Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Paszтет z soczewicy * 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paszтет z soczewicy * 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Buraczki gotowane () 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (SOJ.) Buraczki gotowane () 80 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt					Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	

Jadłospisy z 36. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-08 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna
2024-09-07 sobota	Wartość energetyczna: 2366.97 kcal; Białko ogółem: 97.67 g; Tłuszcz: 82.71 g; Kw. tł. nasy.: 33.16 g; Węglowodany ogółem: 323.17 g; W tym cukry: 110.48 g; Błonnik pok.: 31.08 g; Sól: 11.11 g; WW: 29.16 Por; : 16.51 %; : 54.61 %; Ener. z T: 31.45 %; Ener. z Bł.: 2.63 %; K: 4010.15 mg;	Wartość energetyczna: 2155.42 kcal; Białko ogółem: 109.70 g; Tłuszcz: 65.28 g; Kw. tł. nasy.: 29.31 g; Węglowodany ogółem: 297.12 g; W tym cukry: 91.10 g; Błonnik pok.: 27.97 g; Sól: 10.43 g; WW: 26.88 Por; : 20.36 %; : 55.14 %; Ener. z T: 27.26 %; Ener. z Bł.: 2.60 %; K: 3693.66 mg;	Wartość energetyczna: 2552.15 kcal; Białko ogółem: 146.52 g; Tłuszcz: 86.73 g; Kw. tł. nasy.: 38.81 g; Węglowodany ogółem: 312.99 g; W tym cukry: 81.72 g; Błonnik pok.: 32.46 g; Sól: 10.41 g; WW: 28.08 Por; : 22.96 %; : 49.06 %; Ener. z T: 30.58 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 4200.79 mg;	Wartość energetyczna: 2036.66 kcal; Białko ogółem: 112.57 g; Tłuszcz: 78.58 g; Kw. tł. nasy.: 29.38 g; Węglowodany ogółem: 236.11 g; W tym cukry: 41.87 g; Błonnik pok.: 32.73 g; Sól: 8.51 g; WW: 20.31 Por; : 22.11 %; : 46.37 %; Ener. z T: 34.72 %; Ener. z Bł.: 3.21 %; K: 3408.33 mg;	Wartość energetyczna: 2277.95 kcal; Białko ogółem: 86.75 g; Tłuszcz: 70.61 g; Kw. tł. nasy.: 31.03 g; Węglowodany ogółem: 335.26 g; W tym cukry: 99.07 g; Błonnik pok.: 23.20 g; Sól: 8.64 g; WW: 31.28 Por; : 15.23 %; : 58.87 %; Ener. z T: 27.90 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 3540.74 mg;	Wartość energetyczna: 2050.96 kcal; Białko ogółem: 103.98 g; Tłuszcz: 63.41 g; Kw. tł. nasy.: 28.89 g; Węglowodany ogółem: 279.04 g; W tym cukry: 90.56 g; Błonnik pok.: 22.81 g; Sól: 8.36 g; WW: 25.61 Por; : 20.28 %; : 54.42 %; Ener. z T: 27.82 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 3543.16 mg;	Wartość energetyczna: 1816.34 kcal; Białko ogółem: 74.13 g; Tłuszcz: 48.96 g; Kw. tł. nasy.: 16.20 g; Węglowodany ogółem: 281.90 g; W tym cukry: 77.81 g; Błonnik pok.: 22.81 g; Sól: 6.32 g; WW: 25.95 Por; : 16.33 %; : 62.08 %; Ener. z T: 24.26 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 3441.89 mg;	Wartość energetyczna: 2076.14 kcal; Białko ogółem: 109.65 g; Tłuszcz: 56.52 g; Kw. tł. nasy.: 23.97 g; Węglowodany ogółem: 297.06 g; W tym cukry: 91.05 g; Błonnik pok.: 27.97 g; Sól: 10.42 g; WW: 26.88 Por; : 21.13 %; : 57.23 %; Ener. z T: 24.50 %; Ener. z Bł.: 2.69 %; K: 3691.66 mg;	Wartość energetyczna: 2073.03 kcal; Białko ogółem: 48.58 g; Tłuszcz: 47.00 g; Kw. tł. nasy.: 19.44 g; Węglowodany ogółem: 375.46 g; W tym cukry: 82.62 g; Błonnik pok.: 29.42 g; Sól: 9.07 g; WW: 34.57 Por; : 9.37 %; : 72.45 %; Ener. z T: 20.40 %; Ener. z Bł.: 2.84 %; K: 2938.52 mg;	Wartość energetyczna: 1829.08 kcal; Białko ogółem: 71.00 g; Tłuszcz: 60.70 g; Kw. tł. nasy.: 19.90 g; Węglowodany ogółem: 261.05 g; W tym cukry: 66.73 g; Błonnik pok.: 22.09 g; Sól: 9.42 g; WW: 23.96 Por; : 15.53 %; : 57.09 %; Ener. z T: 29.87 %; Ener. z Bł.: 2.42 %; K: 3177.26 mg;
2024-09-08 niedziela Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Ser mozzarella kulki 25 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Ser mozzarella kulki 60 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Ser mozzarella kulki 25 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa kiełb. wp. gr. rozd. wę. osł. niejad. 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Wafle ryżowe 30 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Miód 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 60 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Wafle ryżowe 30 g

Jadłospisy z 36. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-08 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna		
2024-09-08 niedziela	II ŚN											
	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml			Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml			Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Brokuł gotowany* 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml			Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml		
	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml		Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 30 g (MLE.)		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml					

Jadłospisy z 36. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-08 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	
2024-09-08 niedziela	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (MLE.) Banan 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (MLE.) Banan 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g (MLE.) Banan 150 g Szynka Piaśtowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (MLE.) Mus z jabłek prażonych 80 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (MLE.) Banan 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 14 g Szynka Piaśtowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ.) Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (MLE.) Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 30 g (MLE.) Mus z jabłek prażonych 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynka Piaśtowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ.) Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2448.73 kcal; Białko ogółem: 99.33 g; Tłuszcz: 88.33 g; Kw. tł. nasy.: 37.50 g; Węglowodany ogółem: 322.79 g; W tym cukry: 106.08 g; Błonnik pok.: 23.65 g; Sól: 6.59 g; WW: 29.94 Por; : 16.23 %; : 52.73 %; Ener. z T: 32.46 %; Ener. z Bł.: 1.93 %; K: 3813.38 mg;	Wartość energetyczna: 2507.28 kcal; Białko ogółem: 103.90 g; Tłuszcz: 85.22 g; Kw. tł. nasy.: 35.39 g; Węglowodany ogółem: 339.88 g; W tym cukry: 107.47 g; Błonnik pok.: 23.07 g; Sól: 6.49 g; WW: 31.68 Por; : 16.58 %; : 54.22 %; Ener. z T: 30.59 %; Ener. z Bł.: 1.84 %; K: 4109.02 mg;	Wartość energetyczna: 2785.20 kcal; Białko ogółem: 131.86 g; Tłuszcz: 107.57 g; Kw. tł. nasy.: 50.29 g; Węglowodany ogółem: 336.15 g; W tym cukry: 86.41 g; Błonnik pok.: 30.31 g; Sól: 9.88 g; WW: 30.65 Por; : 18.94 %; : 48.28 %; Ener. z T: 34.76 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 4313.12 mg;	Wartość energetyczna: 1820.69 kcal; Białko ogółem: 105.66 g; Tłuszcz: 80.59 g; Kw. tł. nasy.: 34.41 g; Węglowodany ogółem: 180.45 g; W tym cukry: 22.99 g; Błonnik pok.: 25.92 g; Sól: 8.89 g; WW: 15.41 Por; : 23.21 %; : 39.65 %; Ener. z T: 39.84 %; Ener. z Bł.: 2.85 %; K: 3216.09 mg;	Wartość energetyczna: 2479.61 kcal; Białko ogółem: 115.37 g; Tłuszcz: 83.14 g; Kw. tł. nasy.: 37.74 g; Węglowodany ogółem: 325.72 g; W tym cukry: 101.36 g; Błonnik pok.: 15.13 g; Sól: 6.65 g; WW: 31.06 Por; : 18.61 %; : 52.54 %; Ener. z T: 30.17 %; Ener. z Bł.: 1.22 %; K: 3689.74 mg;	Wartość energetyczna: 2392.51 kcal; Białko ogółem: 99.55 g; Tłuszcz: 79.22 g; Kw. tł. nasy.: 33.38 g; Węglowodany ogółem: 326.73 g; W tym cukry: 106.63 g; Błonnik pok.: 17.91 g; Sól: 5.44 g; WW: 30.88 Por; : 16.64 %; : 54.63 %; Ener. z T: 29.80 %; Ener. z Bł.: 1.50 %; K: 3958.52 mg;	Wartość energetyczna: 2032.69 kcal; Białko ogółem: 98.40 g; Tłuszcz: 58.66 g; Kw. tł. nasy.: 19.77 g; Węglowodany ogółem: 286.81 g; W tym cukry: 91.75 g; Błonnik pok.: 17.44 g; Sól: 9.27 g; WW: 26.91 Por; : 19.36 %; : 56.44 %; Ener. z T: 25.97 %; Ener. z Bł.: 1.72 %; K: 3669.62 mg;	Wartość energetyczna: 2165.87 kcal; Białko ogółem: 80.71 g; Tłuszcz: 62.47 g; Kw. tł. nasy.: 25.16 g; Węglowodany ogółem: 329.31 g; W tym cukry: 100.07 g; Błonnik pok.: 23.07 g; Sól: 6.06 g; WW: 30.60 Por; : 14.91 %; : 60.82 %; Ener. z T: 25.96 %; Ener. z Bł.: 2.13 %; K: 3588.44 mg;	Wartość energetyczna: 2063.32 kcal; Białko ogółem: 62.90 g; Tłuszcz: 50.30 g; Kw. tł. nasy.: 23.87 g; Węglowodany ogółem: 354.19 g; W tym cukry: 111.48 g; Błonnik pok.: 21.72 g; Sól: 6.36 g; WW: 33.20 Por; : 12.19 %; : 68.67 %; Ener. z T: 21.94 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 2994.63 mg;	Wartość energetyczna: 2139.84 kcal; Białko ogółem: 99.41 g; Tłuszcz: 59.97 g; Kw. tł. nasy.: 20.03 g; Węglowodany ogółem: 312.96 g; W tym cukry: 92.63 g; Błonnik pok.: 22.96 g; Sól: 9.69 g; WW: 29.02 Por; : 18.58 %; : 58.50 %; Ener. z T: 25.22 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 3842.52 mg;

		STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-09-02 poniedziałek	Śniadanie	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	III ŚN	Arbuz 150 g

2024-09-02 poniedziałek	Obiad	STAR- Cukrzyca bezmleczna Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami *() (bez mleka) 400 ml (GLUPSZ. SEL.) Makaron pełnoziarnisty 100 g (GLUPSZ.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos ziołowy* 50 ml (GLUPSZ. SEL.) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml
	PD	Jabłko 150 g

2024-09-02 poniedziałek	Kolacja	STAR- Cukrzyca bezmleczna Szyńka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Sok owocowo-warzyw- ny 0,2L kubek 1 szt
		Wartość energetyczna: 1609.97 kcal; Białko ogółem: 64.05 g; Tłuszcz: 44.57 g; Kw. tł. nasy.: 12.69 g; Węglowodany ogółem: 254.88 g; W tym cukry: 82.80 g; Błonnik pok.: 36.48 g; Sól: 6.75 g; WW: 21.74 Por; : 15.91 %; : 63.33 %; Ener. z T: 24.92 %; Ener. z Bł.: 4.53 %; K: 3771.49 mg;

2024-09-03 wtorek		STAR- Cukrzyca bezmleczna
	Śniadanie	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobiona 80 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g
	II ŚN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (GLU PSZ. SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 100 g Szynka wieprzowa gotowana 70 g Sos własny () 50 ml (GLU PSZ. SEL.) Surówka z pora i jabłka z olejem () 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml

2024-09-03 wtorek		STAR- Cukrzyca bezmleczna
	PD	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzo skwinia 100g (tubka) 1 szt
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenney 80 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g 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 b/c 250 ml
PN	Chleb razowy żytnio-pszenney 25 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.)	

2024-09-03 wtorek	<p>STAR- Cukrzyca bezmleczna</p> <p>Wartość energetyczna: 1567.34 kcal; Białko ogółem: 82.08 g; Tłuszcz: 46.03 g; Kw. tł. nasy.: 14.68 g; Węglowodany ogółem: 222.25 g; W tym cukry: 34.09 g; Błonnik pok.: 33.68 g; Sól: 10.16 g; WW: 18.94 Por; : 20.95 %; : 56.72 %; Ener. z T: 26.43 %; Ener. z Bł.: 4.30 %; K: 3112.03 mg;</p>
2024-09-04 środa	<p>Śniadanie</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 80 g Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>
II ŚN	<p>Arbuz 150 g</p>

2024-09-04 środa	STAR- Cukrzyca bezmleczna
	<p>Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.)</p> <p>Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 100 g</p> <p>Pulpet drobiowy 70 g (GLU PSZ, JAJ.)</p> <p>Sos pietruszkowy (bez mleka)* 50 ml (GLU PSZ.)</p> <p>Fasolka szparagowa z wody* 200 g</p> <p>Herbata ekspresowa owocowa</p> <p>Cateringowa b/c 250 ml</p>
PD	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.)</p> <p>Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g</p> <p>Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.)</p>

2024-09-04 środa	Kolacja	STAR- Cukrzyca bezmleczna
	PN	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Paprykarz szczeciński 80 g (RYB. SOJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g
		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt

2024-09-04 środa	STAR- Cukrzyca bezmleczna	Wartość energetyczna: 1482.17 kcal; Białko ogółem: 70.08 g; Tłuszcz: 46.70 g; Kw. tł. nasy.: 13.36 g; Węglowodany ogółem: 211.10 g; W tym cukry: 39.72 g; Błonnik pok.: 29.04 g; Sól: 9.31 g; WW: 18.32 Por; : 18.91 %; : 56.97 %; Ener. z T: 28.36 %; Ener. z Bł.: 3.92 %; K: 3224.39 mg;
	2024-09-05 czwartek Śniadanie	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 80 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
II ŚN	Słupki z warzyw ()	150 g

2024-09-05 czwartek

	STAR- Cukrzyca bezmleczna
Obiad	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ.) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml
PD	Chrupki kukurydziane 20 g
Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 80 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.)

2024-09-05 czwartek		STAR- Cukrzyca bezmleczna
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzo skwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 1738.32 kcal; Białko ogółem: 72.05 g; Tłuszcz: 53.76 g; Kw. tł. nasy.: 13.00 g; Węglowodany ogółem: 262.03 g; W tym cukry: 48.85 g; Błonnik pok.: 38.65 g; Sól: 8.79 g; WW: 22.26 Por; : 16.58 %; : 60.30 %; Ener. z T: 27.83 %; Ener. z Bł.: 4.45 %; K: 3930.22 mg;

2024-09-06 piątek	Śniadanie	STAR- Cukrzyca bezmleczna Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 80 g (SOJ.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN	Śliwka szt 1 szt

2024-09-06 piątek	Obiad	STAR- Cukrzyca bezmleczna Szpinakowa z zacierką *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 100 g Ryba gotowana (Miruna) 70 g (RYB.) Sos cytrynowy (bez mleka) 50 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 30 g (SOJ.)

2024-09-06 piątek		STAR- Cukrzyca bezmleczna
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 30 g (SOJ.)
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
		Wartość energetyczna: 1362.66 kcal; Białko ogółem: 69.82 g; Tłuszcz: 41.41 g; Kw. tł. nasy.: 13.44 g; Węglowodany ogółem: 193.41 g; W tym cukry: 25.70 g; Błonnik pok.: 29.90 g; Sól: 9.63 g; WW: 16.32 Por; : 20.49 %; : 56.77 %; Ener. z T: 27.35 %; Ener. z Bł.: 4.39 %; K: 2558.32 mg;

2024-09-07 sobota	Śniadanie	STAR- Cukrzyca bezmleczna Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 80 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.)

2024-09-07 sobota		STAR- Cukrzyca bezmleczna
	Obiad	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLUPSZ.) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml
	PD	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt

2024-09-07 sobota	Kolacja	STAR- Cukrzyca bezmleczna Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Pasztet z soczewicy * 80 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Szyńka Konserwowa wieprzowa, produk t blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (<u>SOJ.</u>)

2024-09-07 sobota	<p>STAR- Cukrzyca bezmleczna</p> <p>Wartość energetyczna: 1906.70 kcal; Białko ogółem: 79.72 g; Tłuszcz: 77.50 g; Kw. tł. nasy.: 22.54 g; Węglowodany ogółem: 241.84 g; W tym cukry: 23.74 g; Błonnik pok.: 38.01 g; Sól: 9.53 g; WW: 20.42 Por; : 16.72 %; : 50.74 %; Ener. z T: 36.58 %; Ener. z Bł.: 3.99 %; K: 3286.33 mg;</p>
2024-09-08 niedziela	<p>Sniadanie</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Szyńka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 80 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>

2024-09-08 niedziela	II ŚN	STAR- Cukrzyca bezmleczna
	Obiad	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 30 g (SOJ,)
	PD	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml
		Jabłko 150 g

2024-09-08 niedziela		STAR- Cukrzyca bezmleczna
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Szynka Piatowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
		Wartość energetyczna: 1663.77 kcal; Białko ogółem: 97.48 g; Tłuszcz: 63.85 g; Kw. tł. nasy.: 19.28 g; Węglowodany ogółem: 191.12 g; W tym cukry: 28.12 g; Błonnik pok.: 29.20 g; Sól: 10.95 g; WW: 16.24 Por; : 23.44 %; : 45.95 %; Ener. z T: 34.54 %; Ener. z Bł.: 3.51 %; K: 2884.30 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,