

Jadłospisy z 43. tygodnia, tj. od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 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- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-10-21 poniedziałek	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</b> ) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</b> ) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwińowym 60 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</b> ) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</b> ) Marchew gotowana z olejem* 80 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Kurczak gotowany-dr.prod ukt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej. 50 g ( <b>JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN				Jabłko 1 szt 1 szt						Jabłko 150 g

Jadłospisy z 43. tygodnia, tj. od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 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- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-10-21 poniedziałek	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Banan 1szt. 1 szt Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 150 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 100 g Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos majerankowy * 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g ( <b>SEL.</b> ) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos majerankowy * 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos majerankowy * 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 100 g Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos majerankowy * 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml
					Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt				Wafle ryżowe 30 g	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt

Jadłospisy z 43. tygodnia, tj. od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 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- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 60 g ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 60 g ( <b>SEL.</b> ) Szynka Konszerwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 60 g ( <b>SEL.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 60 g ( <b>SEL.</b> ) Pasta warzywna* 80 g ( <b>SEL.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 60 g ( <b>SEL.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 60 g ( <b>SEL.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 60 g ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 60 g ( <b>SEL.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 60 g ( <b>SEL.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konszerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <b>SOJ.</b> )					Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konszerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <b>SOJ.</b> )	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konszerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <b>SOJ.</b> )	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Szynka Konszerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <b>SOJ.</b> )

Jadłospisy z 43. tygodnia, tj. od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 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- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-10-21 poniedziałek	Wartość energetyczna: 2156.76 kcal; Białko ogółem: 63.64 g; Tłuszcz: 47.56 g; Kw. tł. nasy.: 17.86 g; Węglowodany ogółem: 385.62 g; W tym cukry: 157.24 g; Błonnik pok.: 25.83 g; Sól: 9.48 g; WW: 35.97 Por; : 11.80 %; : 71.52 %; Ener. z T: 19.85 %; Ener. z Bł.: 2.40 %; K: 3435.50 mg;	Wartość energetyczna: 2045.12 kcal; Białko ogółem: 62.85 g; Tłuszcz: 44.80 g; Kw. tł. nasy.: 16.05 g; Węglowodany ogółem: 364.39 g; W tym cukry: 123.22 g; Błonnik pok.: 22.99 g; Sól: 6.44 g; WW: 34.17 Por; : 12.29 %; : 71.27 %; Ener. z T: 19.72 %; Ener. z Bł.: 2.50 %; K: 3256.46 mg;	Wartość energetyczna: 2248.73 kcal; Białko ogółem: 78.29 g; Tłuszcz: 49.21 g; Kw. tł. nasy.: 17.73 g; Węglowodany ogółem: 392.29 g; W tym cukry: 127.44 g; Błonnik pok.: 28.15 g; Sól: 8.42 g; WW: 36.48 Por; : 13.93 %; : 69.78 %; Ener. z T: 19.69 %; Ener. z Bł.: 2.57 %; K: 3571.54 mg;	Wartość energetyczna: 1715.99 kcal; Białko ogółem: 66.90 g; Tłuszcz: 53.72 g; Kw. tł. nasy.: 13.11 g; Węglowodany ogółem: 258.44 g; W tym cukry: 57.37 g; Błonnik pok.: 35.77 g; Sól: 9.19 g; WW: 22.19 Por; : 15.59 %; : 60.24 %; Ener. z T: 28.17 %; Ener. z Bł.: 4.17 %; K: 3719.61 mg;	Wartość energetyczna: 2224.42 kcal; Białko ogółem: 72.43 g; Tłuszcz: 52.98 g; Kw. tł. nasy.: 18.93 g; Węglowodany ogółem: 379.51 g; W tym cukry: 118.78 g; Błonnik pok.: 21.56 g; Sól: 6.42 g; WW: 35.87 Por; : 13.02 %; : 68.24 %; Ener. z T: 21.44 %; Ener. z Bł.: 1.94 %; K: 3306.04 mg;	Wartość energetyczna: 2012.24 kcal; Białko ogółem: 63.55 g; Tłuszcz: 45.79 g; Kw. tł. nasy.: 23.32 g; Węglowodany ogółem: 349.61 g; W tym cukry: 123.15 g; Błonnik pok.: 17.83 g; Sól: 5.99 g; WW: 33.21 Por; : 12.63 %; : 69.50 %; Ener. z T: 20.48 %; Ener. z Bł.: 1.77 %; K: 3130.08 mg;	Wartość energetyczna: 2133.95 kcal; Białko ogółem: 70.34 g; Tłuszcz: 55.15 g; Kw. tł. nasy.: 14.42 g; Węglowodany ogółem: 350.11 g; W tym cukry: 118.94 g; Błonnik pok.: 26.32 g; Sól: 5.25 g; WW: 32.39 Por; : 13.19 %; : 65.63 %; Ener. z T: 23.26 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 3297.45 mg;	Wartość energetyczna: 1990.24 kcal; Białko ogółem: 62.81 g; Tłuszcz: 38.80 g; Kw. tł. nasy.: 13.41 g; Węglowodany ogółem: 364.26 g; W tym cukry: 123.22 g; Błonnik pok.: 22.99 g; Sól: 6.44 g; WW: 34.15 Por; : 12.62 %; : 73.21 %; Ener. z T: 17.55 %; Ener. z Bł.: 2.31 %; K: 3256.46 mg;	Wartość energetyczna: 2065.04 kcal; Białko ogółem: 66.78 g; Tłuszcz: 55.12 g; Kw. tł. nasy.: 14.40 g; Węglowodany ogółem: 335.04 g; W tym cukry: 101.66 g; Błonnik pok.: 26.59 g; Sól: 5.06 g; WW: 30.89 Por; : 12.93 %; : 64.90 %; Ener. z T: 24.02 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 3236.78 mg;	Wartość energetyczna: 1675.07 kcal; Białko ogółem: 67.00 g; Tłuszcz: 49.10 g; Kw. tł. nasy.: 13.41 g; Węglowodany ogółem: 258.09 g; W tym cukry: 56.23 g; Błonnik pok.: 36.89 g; Sól: 8.68 g; WW: 22.07 Por; : 16.00 %; : 61.63 %; Ener. z T: 26.38 %; Ener. z Bł.: 4.40 %; K: 3626.26 mg;
2024-10-22 wtorek Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Miększtuczowy do smarowania 75% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzony w osłonce 75% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzony w osłonce 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Miększtuczowy do smarowania 75% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzony w osłonce 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Miększtuczowy do smarowania 75% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzony w osłonce 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Gruszka 1szt. 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Miększtuczowy do smarowania 75% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzony w osłonce 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Gruszka 1szt. 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml ( <b>MLE.</b> ) Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Miększtuczowy do smarowania 75% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzony w osłonce 20 g ( <b>SOJ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Gruszka 1szt. 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Gruszka 1szt. 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Miększtuczowy do smarowania 75% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzony w osłonce 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> ) Jabłko pieczone 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzony w osłonce 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzony w osłonce 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml

Jadłospisy z 43. tygodnia, tj. od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 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- Bezmlieczna	STAR- Cukrzyca bezmlieczna	
II ŚN				Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ,)						Gruszka 1szt. 150 g	
2024-10-22 wtorek	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	
	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ,) *-podstawa 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ,) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g ( <u>MLE</u> ,) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sossos pietruszkowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ,) Marchew oprószana z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ,) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g ( <u>MLE</u> ,) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sossos pietruszkowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ,) Marchew oprószana z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ,) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g ( <u>MLE</u> ,) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sossos pietruszkowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ,) Marchew oprószana z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ,) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g ( <u>MLE</u> ,) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sossos pietruszkowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ,) Marchew oprószana z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ,) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g ( <u>MLE</u> ,) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sossos pietruszkowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ,) Marchew oprószana z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 50 ml ( <u>GLU PSZ</u> ,) Marchew oprószana z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ,) Marchew oprószana z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 50 ml ( <u>GLU PSZ</u> ,) Marchew oprószana z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) ()* 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 50 ml ( <u>GLU PSZ</u> ,) Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) ()* 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 50 ml ( <u>GLU PSZ</u> ,) Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	
	PD	PD	PD	PD	PD	PD	PD	PD	PD	PD	
	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytniowy 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g ( <u>MLE</u> ,) Twaróg półtłusty 30 g ( <u>MLE</u> ,)	Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ</u> ,) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g ( <u>MLE</u> ,) Twaróg półtłusty 30 g ( <u>MLE</u> ,)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytniowy 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g ( <u>MLE</u> ,) Twaróg półtłusty 30 g ( <u>MLE</u> ,)			Chleb razowy żytnio-pszenno-żytniowy 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ,) Twaróg półtłusty 30 g ( <u>MLE</u> ,)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytniowy 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Szynekowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytniowy 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g ( <u>MLE</u> ,) Twaróg półtłusty 30 g ( <u>MLE</u> ,)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytniowy 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Szynekowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytniowy 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Szynekowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytniowy 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Szynekowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g

Jadłospisy z 43. tygodnia, tj. od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 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- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-10-22 wtorek Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 14 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <u>SOJ,</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 14 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <u>SOJ,</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 14 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <u>SOJ,</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <u>SOJ,</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki jęczmieńne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 14 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <u>SOJ,</u> ) Buraczki gotowane () 80 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE,</u> ) Schab Marynowany-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wę dz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <u>SOJ,</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <u>SOJ,</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <u>SOJ,</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt					Sok owocowy pasteryzowany 0,3L 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		

Jadłospisy z 43. tygodnia, tj. od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Niskołuszczowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-10-22 wtorek	Wartość energetyczna: 2330.51 kcal; Białko ogółem: 91.39 g; Tłuszcz: 79.11 g; Kw. tł. nasy.: 24.05 g; Węglowodany ogółem: 328.07 g; W tym cukry: 71.64 g; Błonnik pok.: 30.48 g; Sól: 10.10 g; WW: 29.83 Por; : 15.69 %; : 56.31 %; Ener. z T: 30.55 %; Ener. z Bł.: 2.62 %; K: 3917.55 mg;	Wartość energetyczna: 2243.77 kcal; Białko ogółem: 90.34 g; Tłuszcz: 70.18 g; Kw. tł. nasy.: 22.23 g; Węglowodany ogółem: 325.43 g; W tym cukry: 67.03 g; Błonnik pok.: 25.98 g; Sól: 9.30 g; WW: 30.08 Por; : 16.11 %; : 58.02 %; Ener. z T: 28.15 %; Ener. z Bł.: 2.32 %; K: 3748.31 mg;	Wartość energetyczna: 2560.23 kcal; Białko ogółem: 120.17 g; Tłuszcz: 85.58 g; Kw. tł. nasy.: 30.13 g; Węglowodany ogółem: 344.89 g; W tym cukry: 81.12 g; Błonnik pok.: 35.00 g; Sól: 11.26 g; WW: 31.12 Por; : 18.42 Por; : 19.39 %; : 50.11 %; Ener. z T: 34.07 %; Ener. z Bł.: 30.08 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 4621.10 mg;	Wartość energetyczna: 1713.55 kcal; Białko ogółem: 83.05 g; Tłuszcz: 64.86 g; Kw. tł. nasy.: 19.04 g; Węglowodany ogółem: 214.65 g; W tym cukry: 36.82 g; Błonnik pok.: 30.18 g; Sól: 8.69 g; WW: 18.42 Por; : 19.39 %; : 50.11 %; Ener. z T: 34.07 %; Ener. z Bł.: 3.52 %; K: 3361.99 mg;	Wartość energetyczna: 2345.47 kcal; Białko ogółem: 97.59 g; Tłuszcz: 69.32 g; Kw. tł. nasy.: 25.10 g; Węglowodany ogółem: 344.82 g; W tym cukry: 91.00 g; Błonnik pok.: 24.10 g; Sól: 8.31 g; WW: 32.19 Por; : 16.64 %; : 58.81 %; Ener. z T: 26.60 %; Ener. z Bł.: 2.06 %; K: 4224.54 mg;	Wartość energetyczna: 2290.33 kcal; Białko ogółem: 91.42 g; Tłuszcz: 68.52 g; Kw. tł. nasy.: 28.96 g; Węglowodany ogółem: 336.72 g; W tym cukry: 67.43 g; Błonnik pok.: 25.32 g; Sól: 6.88 g; WW: 31.26 Por; : 15.97 %; : 58.81 %; Ener. z T: 26.92 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 3623.81 mg;	Wartość energetyczna: 1986.81 kcal; Białko ogółem: 82.62 g; Tłuszcz: 53.71 g; Kw. tł. nasy.: 17.67 g; Węglowodany ogółem: 304.97 g; W tym cukry: 61.01 g; Błonnik pok.: 26.36 g; Sól: 7.26 g; WW: 27.96 Por; : 16.63 %; : 61.40 %; Ener. z T: 24.33 %; Ener. z Bł.: 2.65 %; K: 3617.00 mg;	Wartość energetyczna: 2033.56 kcal; Białko ogółem: 84.59 g; Tłuszcz: 60.13 g; Kw. tł. nasy.: 18.70 g; Węglowodany ogółem: 303.44 g; W tym cukry: 69.57 g; Błonnik pok.: 28.67 g; Sól: 9.74 g; WW: 27.66 Por; : 16.64 %; : 59.69 %; Ener. z T: 26.61 %; Ener. z Bł.: 2.82 %; K: 3968.50 mg;	Wartość energetyczna: 1963.27 kcal; Białko ogółem: 81.99 g; Tłuszcz: 59.60 g; Kw. tł. nasy.: 18.85 g; Węglowodany ogółem: 290.70 g; W tym cukry: 61.18 g; Błonnik pok.: 28.67 g; Sól: 9.83 g; WW: 26.31 Por; : 16.70 %; : 59.23 %; Ener. z T: 27.32 %; Ener. z Bł.: 2.92 %; K: 3791.50 mg;	Wartość energetyczna: 1669.13 kcal; Białko ogółem: 75.88 g; Tłuszcz: 65.85 g; Kw. tł. nasy.: 16.64 g; Węglowodany ogółem: 210.58 g; W tym cukry: 36.16 g; Błonnik pok.: 32.20 g; Sól: 9.25 g; WW: 17.81 Por; : 18.18 %; : 50.46 %; Ener. z T: 35.50 %; Ener. z Bł.: 3.86 %; K: 3340.20 mg;

Jadłospisy z 43. tygodnia, tj. od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 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- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-10-23 środa	Sniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 14 g ( <b>MLE,</b> ) Ser topiony 60 g ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g ( <b>MLE,</b> ) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzo na parzona z dodatkiem wody. 30 g ( <b>SOJ, MLE,</b> )	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 14 g ( <b>MLE,</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g ( <b>MLE,</b> ) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzo na parzona z dodatkiem wody. 30 g ( <b>SOJ, MLE,</b> )	Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 14 g ( <b>MLE,</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g ( <b>MLE,</b> ) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzo na parzona z dodatkiem wody. 30 g ( <b>SOJ, MLE,</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g ( <b>MLE,</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 14 g ( <b>MLE,</b> ) Mus z jabłek prażonych 150 g Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE,</b> )	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE,</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE,</b> ) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzo na parzona z dodatkiem wody. 30 g ( <b>SOJ, MLE,</b> )	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynka zielonogórska-wp. parzona 50 g ( <b>SOJ,</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 30 g ( <b>SOJ,</b> )	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g ( <b>MLE,</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g ( <b>MLE,</b> ) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzo na parzona z dodatkiem wody. 30 g ( <b>SOJ, MLE,</b> )	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynka zielonogórska-wp. parzona 60 g ( <b>SOJ,</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Szynka zielonogórska-wp. parzona 60 g ( <b>SOJ,</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN				Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 0,5 szt ( <b>JAJ,</b> )						



Jadłospisy z 43. tygodnia, tj. od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 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- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-10-23 środa	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ) Kasza bulgur 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Pulpet wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Pulpet wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza bulgur 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Pulpet wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Pulpet wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Pulpet wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * (bez mleka) () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Pulpet wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Pulpet wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * (bez mleka) () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Pulpet wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * (bez mleka) () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Pulpet wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml
		PD	Jogurt typu islandzkiego różne smaki Skyr 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <b>MLE.</b> )	Jogurt typu islandzkiego różne smaki Skyr 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Jogurt typu islandzkiego różne smaki Skyr 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	

Jadłospisy z 43. tygodnia, tj. od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 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- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	
2024-10-23 środa	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Paprykarz szczeciński 60 g ( <b>RYB, SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 60 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Paprykarz szczeciński 60 g ( <b>RYB, SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Paprykarz szczeciński 60 g ( <b>RYB, SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 60 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 80 g ( <b>SEL.</b> )	Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 60 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 60 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 60 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Paprykarz szczeciński 60 g ( <b>RYB, SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt					
	Wartość energetyczna: 2417.77 kcal; Białko ogółem: 96.29 g; Tłuszcz: 91.23 g; Kw. tł. nasy.: 31.21 g; Węglowodany ogółem: 308.20 g; W tym cukry: 71.07 g; Błonnik pok.: 24.74 g; Sól: 10.45 g; WW: 28.36 Por; : 15.93 %; : 50.99 %; Ener. z T: 33.96 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 3070.78 mg;	Wartość energetyczna: 2291.34 kcal; Białko ogółem: 100.36 g; Tłuszcz: 63.90 g; Kw. tł. nasy.: 20.93 g; Węglowodany ogółem: 339.03 g; W tym cukry: 74.19 g; Błonnik pok.: 26.31 g; Sól: 6.16 g; WW: 31.40 Por; : 17.52 %; : 59.19 %; Ener. z T: 25.10 %; Ener. z Bł.: 2.30 %; K: 3618.23 mg;	Wartość energetyczna: 2493.07 kcal; Białko ogółem: 117.38 g; Tłuszcz: 78.19 g; Kw. tł. nasy.: 25.44 g; Węglowodany ogółem: 342.76 g; W tym cukry: 66.58 g; Błonnik pok.: 31.47 g; Sól: 8.27 g; WW: 31.20 Por; : 18.83 %; : 54.99 %; Ener. z T: 28.23 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 3835.23 mg;	Wartość energetyczna: 1804.63 kcal; Białko ogółem: 90.63 g; Tłuszcz: 60.66 g; Kw. tł. nasy.: 16.93 g; Węglowodany ogółem: 235.23 g; W tym cukry: 29.30 g; Błonnik pok.: 30.68 g; Sól: 6.97 g; WW: 20.43 Por; : 20.09 %; : 52.14 %; Ener. z T: 30.25 %; Ener. z Bł.: 3.40 %; K: 3468.88 mg;	Wartość energetyczna: 2603.44 kcal; Białko ogółem: 103.26 g; Tłuszcz: 76.84 g; Kw. tł. nasy.: 27.76 g; Węglowodany ogółem: 390.05 g; W tym cukry: 119.93 g; Błonnik pok.: 22.97 g; Sól: 6.03 g; WW: 36.72 Por; : 15.87 %; : 59.93 %; Ener. z T: 26.56 %; Ener. z Bł.: 1.76 %; K: 3754.39 mg;	Wartość energetyczna: 2261.90 kcal; Białko ogółem: 99.54 g; Tłuszcz: 65.78 g; Kw. tł. nasy.: 27.98 g; Węglowodany ogółem: 325.98 g; W tym cukry: 73.75 g; Błonnik pok.: 21.15 g; Sól: 5.73 g; WW: 30.60 Por; : 17.60 %; : 57.65 %; Ener. z T: 26.17 %; Ener. z Bł.: 1.87 %; K: 3475.98 mg;	Wartość energetyczna: 2017.25 kcal; Białko ogółem: 75.11 g; Tłuszcz: 56.51 g; Kw. tł. nasy.: 17.71 g; Węglowodany ogółem: 309.79 g; W tym cukry: 61.08 g; Błonnik pok.: 21.15 g; Sól: 6.60 g; WW: 28.91 Por; : 14.89 %; : 61.43 %; Ener. z T: 25.21 %; Ener. z Bł.: 2.10 %; K: 3190.16 mg;	Wartość energetyczna: 2267.66 kcal; Białko ogółem: 100.10 g; Tłuszcz: 66.32 g; Kw. tł. nasy.: 21.15 g; Węglowodany ogółem: 327.44 g; W tym cukry: 72.38 g; Błonnik pok.: 24.97 g; Sól: 7.45 g; WW: 30.40 Por; : 17.66 %; : 57.76 %; Ener. z T: 26.32 %; Ener. z Bł.: 2.20 %; K: 3469.61 mg;	Wartość energetyczna: 1992.28 kcal; Białko ogółem: 76.04 g; Tłuszcz: 60.09 g; Kw. tł. nasy.: 18.90 g; Węglowodany ogółem: 293.87 g; W tym cukry: 69.08 g; Błonnik pok.: 20.43 g; Sól: 5.87 g; WW: 27.34 Por; : 15.27 %; : 59.00 %; Ener. z T: 27.15 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 3212.03 mg;	Wartość energetyczna: 1748.57 kcal; Białko ogółem: 70.95 g; Tłuszcz: 55.59 g; Kw. tł. nasy.: 15.83 g; Węglowodany ogółem: 253.93 g; W tym cukry: 44.87 g; Błonnik pok.: 35.23 g; Sól: 6.53 g; WW: 21.91 Por; : 16.23 %; : 58.09 %; Ener. z T: 28.61 %; Ener. z Bł.: 4.03 %; K: 3695.85 mg;	

Jadłospisy z 43. tygodnia, tj. od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 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- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-10-24 czwartek Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 100 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 30 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 30 g ( <b>MLE.</b> ) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Twarożek 60 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Kurczak gotowany-dr.prod ukt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej. 50 g ( <b>JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 30 g ( <b>MLE.</b> ) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Dżem 30 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 30 g ( <b>MLE.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml

Jadłospisy z 43. tygodnia, tj. od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 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- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
II ŚN				Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 30 g ( <b>MLE.</b> )						Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Szynka zielonogórska-wp. parzona 30 g ( <b>SOJ.</b> )
2024-10-24 czwartek Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 100 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g ( <b>MLE.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos boloński z mięsa wieprz łop - dieta* 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos boloński z mięsa wieprz łop - dieta* 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 100 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g ( <b>MLE.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos boloński z mięsa wieprz łop - dieta* 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos boloński z mięsa wieprz łop - dieta* 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * (bez mleka) () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos boloński z mięsa wieprz łop - dieta* 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos boloński z mięsa wieprz łop - dieta* 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * (bez mleka) () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos boloński z mięsa wieprz łop - dieta* 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * (bez mleka) () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos boloński z mięsa wieprz łop - dieta* 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g
PD	Banan 1szt. 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <b>SOJ.</b> )			Banan 1szt. 1 szt		Mus z jabłek prażonych 150 g	Banan 1szt. 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <b>SOJ.</b> )

Jadłospisy z 43. tygodnia, tj. od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 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- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-10-24 czwartek	Kolacja	Chleb miesząny pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 14 g ( <b>MLE,</b> ) Paszтет z ciecierzycy * 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <b>MLE,</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 14 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka piastowska-wędzona, parzona z wodą dodaną. 60 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g ( <b>MLE,</b> ) Paszтет z ciecierzycy * 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <b>MLE,</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g ( <b>MLE,</b> ) Paszтет z ciecierzycy * 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <b>MLE,</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb miesząny pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 14 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka piastowska-wędzona, parzona z wodą dodaną. 60 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g ( <b>SEL,</b> )	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka piastowska-wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka piastowska-wędzona, parzona z wodą dodaną. 60 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka piastowska-wędzona, parzona z wodą dodaną. 60 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt					Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2224.57 kcal; Białko ogółem: 76.26 g; Tłuszcz: 65.80 g; Kw. tł. nasy.: 23.81 g; Węglowodany ogółem: 342.02 g; W tym cukry: 86.42 g; Błonnik pok.: 31.71 g; Sól: 8.14 g; WW: 31.27 Por; : 13.71 %; : 61.50 %; Ener. z T: 26.62 %; Ener. z Bł.: 2.85 %; K: 3508.29 mg;	Wartość energetyczna: 2082.85 kcal; Białko ogółem: 79.99 g; Tłuszcz: 50.52 g; Kw. tł. nasy.: 17.34 g; Węglowodany ogółem: 336.11 g; W tym cukry: 84.54 g; Błonnik pok.: 23.33 g; Sól: 8.95 g; WW: 31.53 Por; : 15.36 %; : 64.55 %; Ener. z T: 21.83 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 3342.32 mg;	Wartość energetyczna: 2249.41 kcal; Białko ogółem: 103.33 g; Tłuszcz: 65.14 g; Kw. tł. nasy.: 22.23 g; Węglowodany ogółem: 323.14 g; W tym cukry: 49.36 g; Błonnik pok.: 27.66 g; Sól: 11.36 g; WW: 29.77 Por; : 18.37 %; : 57.46 %; Ener. z T: 26.06 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 3033.50 mg;	Wartość energetyczna: 1744.13 kcal; Białko ogółem: 71.95 g; Tłuszcz: 60.50 g; Kw. tł. nasy.: 21.53 g; Węglowodany ogółem: 237.66 g; W tym cukry: 19.62 g; Błonnik pok.: 36.39 g; Sól: 8.62 g; WW: 20.34 Por; : 16.50 %; : 54.50 %; Ener. z T: 31.22 %; Ener. z Bł.: 4.17 %; K: 2930.90 mg;	Wartość energetyczna: 2249.98 kcal; Białko ogółem: 89.09 g; Tłuszcz: 58.11 g; Kw. tł. nasy.: 21.17 g; Węglowodany ogółem: 348.51 g; W tym cukry: 81.76 g; Błonnik pok.: 17.47 g; Sól: 7.95 g; WW: 33.24 Por; : 15.84 %; : 61.96 %; Ener. z T: 23.25 %; Ener. z Bł.: 1.55 %; K: 2793.88 mg;	Wartość energetyczna: 2125.88 kcal; Białko ogółem: 79.27 g; Tłuszcz: 50.73 g; Kw. tł. nasy.: 24.25 g; Węglowodany ogółem: 342.15 g; W tym cukry: 111.62 g; Błonnik pok.: 19.82 g; Sól: 6.31 g; WW: 32.51 Por; : 14.92 %; : 64.38 %; Ener. z T: 21.48 %; Ener. z Bł.: 1.86 %; K: 3158.32 mg;	Wartość energetyczna: 2032.09 kcal; Białko ogółem: 70.60 g; Tłuszcz: 42.69 g; Kw. tł. nasy.: 14.99 g; Węglowodany ogółem: 346.26 g; W tym cukry: 117.27 g; Błonnik pok.: 20.06 g; Sól: 5.61 g; WW: 32.79 Por; : 13.90 %; : 68.16 %; Ener. z T: 18.91 %; Ener. z Bł.: 1.97 %; K: 2997.92 mg;	Wartość energetyczna: 1951.48 kcal; Białko ogółem: 74.19 g; Tłuszcz: 48.18 g; Kw. tł. nasy.: 13.43 g; Węglowodany ogółem: 323.54 g; W tym cukry: 87.16 g; Błonnik pok.: 26.76 g; Sól: 9.13 g; WW: 29.70 Por; : 15.21 %; : 66.32 %; Ener. z T: 22.22 %; Ener. z Bł.: 2.74 %; K: 2975.22 mg;	Wartość energetyczna: 1846.65 kcal; Białko ogółem: 75.12 g; Tłuszcz: 44.00 g; Kw. tł. nasy.: 15.26 g; Węglowodany ogółem: 294.14 g; W tym cukry: 78.56 g; Błonnik pok.: 15.80 g; Sól: 8.39 g; WW: 27.96 Por; : 16.27 %; : 63.71 %; Ener. z T: 21.45 %; Ener. z Bł.: 1.71 %; K: 2934.22 mg;	Wartość energetyczna: 1471.56 kcal; Białko ogółem: 73.84 g; Tłuszcz: 41.75 g; Kw. tł. nasy.: 14.70 g; Węglowodany ogółem: 209.42 g; W tym cukry: 15.47 g; Błonnik pok.: 28.31 g; Sól: 10.08 g; WW: 18.23 Por; : 20.07 %; : 56.93 %; Ener. z T: 25.54 %; Ener. z Bł.: 3.85 %; K: 2553.58 mg;

Jadłospisy z 43. tygodnia, tj. od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 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- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-10-25 piątek Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 14 g ( <b>MLE,</b> ) Dżem 25 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE,</b> ) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ,</b> ) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 14 g ( <b>MLE,</b> ) Dżem 25 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE,</b> ) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ,</b> ) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 14 g ( <b>MLE,</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE,</b> ) Śniadaniowa drobiowa, parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ,</b> ) Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g ( <b>MLE,</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE,</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 20 g ( <b>SOJ,</b> ) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 14 g ( <b>MLE,</b> ) Dżem 60 g Jabłko pieczone 150 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE,</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE,</b> ) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ,</b> ) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Dżem 25 g 2 szt Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g ( <b>MLE,</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE,</b> ) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ,</b> ) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Dżem 25 g 2 szt Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ,</b> ) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN				Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )					

Jadłospisy z 43. tygodnia, tj. od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 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- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-10-25 piątek	Obiad	Krupnik jęczmienny * 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u> ) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g ( <u>MLE, PSZ, SEL.</u> ) Łosoś pieczony 80g 80 g ( <u>RYB.</u> ) Warzywa po grecku* 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u> ) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 100 g ( <u>MLE, PSZ, SEL.</u> ) Łosoś pieczony 80g 80 g ( <u>RYB.</u> ) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku* 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u> ) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g ( <u>MLE, PSZ, SEL.</u> ) Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <u>RYB.</u> ) Warzywa po grecku* 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u> ) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g ( <u>MLE, PSZ, SEL.</u> ) Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <u>RYB.</u> ) Warzywa po grecku* 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u> ) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g ( <u>MLE, PSZ, SEL.</u> ) Łosoś pieczony 80g 80 g ( <u>RYB.</u> ) Warzywa po grecku* 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL, GLU JĘCZ.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g ( <u>RYB.</u> ) Warzywa po grecku* 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g ( <u>RYB.</u> ) Warzywa po grecku* 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL, GLU JĘCZ.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g ( <u>RYB.</u> ) Warzywa po grecku* 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL, GLU JĘCZ.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Łosoś pieczony 80g 80 g ( <u>RYB.</u> ) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml
		PD	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt					Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> )	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt

Jadłospisy z 43. tygodnia, tj. od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 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- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-10-25 piątek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ZYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ZYT.</u> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g ( <u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u> ) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ZYT.</u> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g ( <u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ZYT.</u> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g ( <u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u> ) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ZYT.</u> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g ( <u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u> ) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ZYT.</u> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g ( <u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u> ) Marchew gotowana z olejem () 80 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g ( <u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ZYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <u>SOJ.</u> )
		PN	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Ser żółty 30 g ( <u>MLE.</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <u>MLE.</u> )				Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <u>MLE.</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ZYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ.</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ.</u> )



Jadłospisy z 43. tygodnia, tj. od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 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- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	
2024-10-25 piątek	Wartość energetyczna: 2463.90 kcal; Białko ogółem: 88.65 g; Tłuszcz: 86.08 g; Kw. tł. nasy.: 31.66 g; Węglowodany ogółem: 346.56 g; W tym cukry: 92.39 g; Błonnik pok.: 29.94 g; Sól: 8.08 g; WW: 31.62 Por; : 14.39 %; : 56.26 %; Ener. z T: 31.44 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 3713.94 mg;	Wartość energetyczna: 2323.28 kcal; Białko ogółem: 86.01 g; Tłuszcz: 74.99 g; Kw. tł. nasy.: 25.32 g; Węglowodany ogółem: 340.77 g; W tym cukry: 104.39 g; Błonnik pok.: 28.94 g; Sól: 6.70 g; WW: 31.26 Por; : 14.81 %; : 58.67 %; Ener. z T: 29.05 %; Ener. z Bł.: 2.49 %; K: 3957.08 mg;	Wartość energetyczna: 2649.01 kcal; Białko ogółem: 112.03 g; Tłuszcz: 93.28 g; Kw. tł. nasy.: 31.67 g; Węglowodany ogółem: 358.74 g; W tym cukry: 78.20 g; Błonnik pok.: 36.96 g; Sól: 11.27 g; WW: 32.23 Por; : 16.92 %; : 54.17 %; Ener. z T: 31.69 %; Ener. z Bł.: 2.79 %; K: 4384.83 mg;	Wartość energetyczna: 1756.05 kcal; Białko ogółem: 80.42 g; Tłuszcz: 72.20 g; Kw. tł. nasy.: 22.84 g; Węglowodany ogółem: 210.66 g; W tym cukry: 36.67 g; Błonnik pok.: 30.21 g; Sól: 9.01 g; WW: 17.95 Por; : 18.32 %; : 47.99 %; Ener. z T: 37.00 %; Ener. z Bł.: 3.44 %; K: 3206.53 mg;	Wartość energetyczna: 2300.72 kcal; Białko ogółem: 86.20 g; Tłuszcz: 60.62 g; Kw. tł. nasy.: 21.16 g; Węglowodany ogółem: 364.68 g; W tym cukry: 106.96 g; Błonnik pok.: 25.67 g; Sól: 7.65 g; WW: 33.88 Por; : 14.99 %; : 63.40 %; Ener. z T: 23.71 %; Ener. z Bł.: 2.23 %; K: 3653.26 mg;	Wartość energetyczna: 2290.74 kcal; Białko ogółem: 85.18 g; Tłuszcz: 76.50 g; Kw. tł. nasy.: 31.29 g; Węglowodany ogółem: 327.76 g; W tym cukry: 103.92 g; Błonnik pok.: 23.78 g; Sól: 6.26 g; WW: 30.46 Por; : 14.87 %; : 57.23 %; Ener. z T: 30.06 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 3813.58 mg;	Wartość energetyczna: 2159.92 kcal; Białko ogółem: 67.70 g; Tłuszcz: 67.76 g; Kw. tł. nasy.: 19.86 g; Węglowodany ogółem: 333.13 g; W tym cukry: 115.51 g; Błonnik pok.: 24.01 g; Sól: 5.32 g; WW: 31.00 Por; : 12.54 %; : 61.69 %; Ener. z T: 28.24 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 3412.57 mg;	Wartość energetyczna: 2236.18 kcal; Białko ogółem: 81.90 g; Tłuszcz: 66.50 g; Kw. tł. nasy.: 20.42 g; Węglowodany ogółem: 342.72 g; W tym cukry: 102.80 g; Błonnik pok.: 28.92 g; Sól: 8.64 g; WW: 31.49 Por; : 14.65 %; : 61.30 %; Ener. z T: 26.76 %; Ener. z Bł.: 2.59 %; K: 3811.40 mg;	Wartość energetyczna: 2062.76 kcal; Białko ogółem: 65.60 g; Tłuszcz: 67.44 g; Kw. tł. nasy.: 19.76 g; Węglowodany ogółem: 311.49 g; W tym cukry: 115.30 g; Błonnik pok.: 23.67 g; Sól: 5.20 g; WW: 28.87 Por; : 12.72 %; : 60.40 %; Ener. z T: 29.42 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 3403.95 mg;	Wartość energetyczna: 1763.57 kcal; Białko ogółem: 66.54 g; Tłuszcz: 75.24 g; Kw. tł. nasy.: 20.06 g; Węglowodany ogółem: 219.48 g; W tym cukry: 48.59 g; Błonnik pok.: 29.99 g; Sól: 9.63 g; WW: 18.92 Por; : 15.09 %; : 49.78 %; Ener. z T: 38.40 %; Ener. z Bł.: 3.40 %; K: 2671.64 mg;	
2024-10-26 sobota	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata zielona 20 g Gruszka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u> ) Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml ( <u>MLE.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata zielona 20 g Banan 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u> ) Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml ( <u>MLE.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata zielona 20 g Ser żółty 30 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 20 g Banan 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u> ) Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml ( <u>MLE.</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenno 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Schab Marynowany-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> ) Sałata zielona 20 g Banan 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u> ) Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml ( <u>MLE.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 150 g Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u> ) Banan 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenno 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Gruszka 150 g
II ŚN				Gruszka 150 g						Gruszka 150 g	

Jadłospisy z 43. tygodnia, tj. od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 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- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-10-26 sobota	Obiad	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> )	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> )	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> )	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> )	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> )	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> )	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )
		Ryż na sypko 200 g Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g ( <b>SEL.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka z marchwi z olejem () 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 250 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryż na sypko (brązowy) 100 g Potrawka drobiowa () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane () 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
PD	Serek ziarnisty 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )					Serek ziarnisty 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <b>SOJ.</b> )	Serek ziarnisty 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <b>SOJ.</b> )	Chrupki kukurydziane 20 g

Jadłospisy z 43. tygodnia, tj. od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 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- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 14 g ( <b>MLE,</b> ) Sałatka z makaronu z wędliną 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,</b> ) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 14 g ( <b>MLE,</b> ) Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 80 g ( <b>SOJ,</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 14 g ( <b>MLE,</b> ) Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 80 g ( <b>SOJ,</b> ) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g ( <b>MLE,</b> ) Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 80 g ( <b>SOJ,</b> ) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 14 g ( <b>MLE,</b> ) Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 60 g ( <b>SOJ,</b> ) Marchew gotowana z olejem* 80 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE,</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g ( <b>MLE,</b> ) Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 80 g ( <b>SOJ,</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 80 g ( <b>SOJ,</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 80 g ( <b>SOJ,</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt					Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt				
2024-10-26 sobota	Wartość energetyczna: 2462.75 kcal; Białko ogółem: 90.79 g; Tłuszcz: 77.04 g; Kw. tł. nasy.: 24.87 g; Węglowodany ogółem: 366.18 g; W tym cukry: 109.28 g; Błonnik pok.: 31.49 g; Sól: 10.25 g; WW: 33.46 Por; : 14.75 %; : 59.48 %; Ener. z T: 28.15 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 3400.71 mg;	Wartość energetyczna: 2421.29 kcal; Białko ogółem: 104.60 g; Tłuszcz: 60.08 g; Kw. tł. nasy.: 23.81 g; Węglowodany ogółem: 379.52 g; W tym cukry: 128.10 g; Błonnik pok.: 26.65 g; Sól: 8.93 g; WW: 35.38 Por; : 17.28 %; : 62.70 %; Ener. z T: 22.33 %; Ener. z Bł.: 2.20 %; K: 4257.48 mg;	Wartość energetyczna: 2747.84 kcal; Białko ogółem: 133.40 g; Tłuszcz: 75.73 g; Kw. tł. nasy.: 32.23 g; Węglowodany ogółem: 401.02 g; W tym cukry: 132.39 g; Błonnik pok.: 33.40 g; Sól: 9.83 g; WW: 36.88 Por; : 19.42 %; : 58.38 %; Ener. z T: 24.80 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 4823.99 mg;	Wartość energetyczna: 1747.26 kcal; Białko ogółem: 85.40 g; Tłuszcz: 54.74 g; Kw. tł. nasy.: 18.09 g; Węglowodany ogółem: 244.93 g; W tym cukry: 54.68 g; Błonnik pok.: 36.14 g; Sól: 10.32 g; WW: 20.81 Por; : 19.55 %; : 56.07 %; Ener. z T: 28.20 %; Ener. z Bł.: 4.14 %; K: 3391.74 mg;	Wartość energetyczna: 2317.38 kcal; Białko ogółem: 85.75 g; Tłuszcz: 60.64 g; Kw. tł. nasy.: 21.91 g; Węglowodany ogółem: 368.60 g; W tym cukry: 99.32 g; Błonnik pok.: 23.25 g; Sól: 7.51 g; WW: 34.68 Por; : 14.80 %; : 63.62 %; Ener. z T: 23.55 %; Ener. z Bł.: 2.01 %; K: 3558.34 mg;	Wartość energetyczna: 2411.41 kcal; Białko ogółem: 104.68 g; Tłuszcz: 65.56 g; Kw. tł. nasy.: 28.72 g; Węglowodany ogółem: 362.35 g; W tym cukry: 99.32 g; Błonnik pok.: 21.15 g; Sól: 7.98 g; WW: 34.14 Por; : 17.36 %; : 60.11 %; Ener. z T: 24.47 %; Ener. z Bł.: 1.75 %; K: 3870.36 mg;	Wartość energetyczna: 2030.30 kcal; Białko ogółem: 75.85 g; Tłuszcz: 38.30 g; Kw. tł. nasy.: 12.66 g; Węglowodany ogółem: 357.36 g; W tym cukry: 135.44 g; Błonnik pok.: 22.09 g; Sól: 5.97 g; WW: 33.57 Por; : 14.94 %; : 70.41 %; Ener. z T: 16.98 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 3684.43 mg;	Wartość energetyczna: 2231.87 kcal; Białko ogółem: 100.33 g; Tłuszcz: 51.23 g; Kw. tł. nasy.: 19.42 g; Węglowodany ogółem: 357.04 g; W tym cukry: 111.78 g; Błonnik pok.: 27.66 g; Sól: 8.78 g; WW: 33.03 Por; : 17.98 %; : 63.99 %; Ener. z T: 20.66 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 4289.47 mg;	Wartość energetyczna: 2089.67 kcal; Białko ogółem: 73.92 g; Tłuszcz: 47.13 g; Kw. tł. nasy.: 16.03 g; Węglowodany ogółem: 357.79 g; W tym cukry: 117.83 g; Błonnik pok.: 28.29 g; Sól: 7.27 g; WW: 33.06 Por; : 14.15 %; : 68.49 %; Ener. z T: 20.30 %; Ener. z Bł.: 2.71 %; K: 4079.87 mg;	Wartość energetyczna: 1648.49 kcal; Białko ogółem: 62.31 g; Tłuszcz: 48.45 g; Kw. tł. nasy.: 13.79 g; Węglowodany ogółem: 258.12 g; W tym cukry: 117.83 g; Błonnik pok.: 36.40 g; Sól: 6.88 g; WW: 22.17 Por; : 15.12 %; : 62.63 %; Ener. z T: 26.45 %; Ener. z Bł.: 4.42 %; K: 3593.31 mg;

Jadłospisy z 43. tygodnia, tj. od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 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- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	
2024-10-27 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w ostonce 40 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 0,5 szt ( <b>JAJ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w ostonce 40 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 0,5 szt ( <b>JAJ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w ostonce 40 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w ostonce 40 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 100 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza jęczmienna na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w ostonce 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w ostonce 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 0,5 szt ( <b>JAJ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa kiełb.wp.gr.rozd.wę 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Jajko gotowane kl M 0,5 szt ( <b>JAJ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w ostonce 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Wafle ryżowe 30 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców połączonych 10 g Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców połączonych 14 g Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców połączonych 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców połączonych 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <b>SOJ.</b> )						Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <b>SOJ.</b> )

Jadłospisy z 43. tygodnia, tj. od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 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- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-10-27 niedziela Obiad	Pomidorowa z zacierką * 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</b> ) Kotlet schabowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g ( <b>MLE,</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL,</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką * 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</b> ) Schab gotowany 100 g Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g ( <b>MLE,</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g ( <b>SEL,</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos własny () 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> )	Pomidorowa z zacierką * 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</b> ) Schab gotowany 100 g Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 100 g ( <b>MLE,</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL,</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Sos własny () 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> )	Pomidorowa z zacierką * 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</b> ) Schab gotowany 100 g Sos własny () 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g ( <b>MLE,</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g ( <b>SEL,</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką * 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</b> ) Schab gotowany 100 g Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g ( <b>MLE,</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g ( <b>SEL,</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos własny () 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> )	Pomidorowa z zacierką * 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</b> ) Schab gotowany 100 g Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g ( <b>MLE,</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g ( <b>SEL,</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos własny () 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> )	Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL,</b> ) Schab gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g ( <b>SEL,</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos własny () 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> )	Pomidorowa z zacierką * 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</b> ) Schab gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g ( <b>SEL,</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos własny () 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> )	Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL,</b> ) Schab gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g ( <b>SEL,</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos własny () 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> )	Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL,</b> ) Schab gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i olejem 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Sos własny () 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> )
PD		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE,</b> )				Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE,</b> )	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE,</b> )	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Jabłko 150 g

Jadłospisy z 43. tygodnia, tj. od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 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- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 150 g Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Twarożek 60 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g ( <u>MLE.</u> ) Mus z jabłek prażonych 80 g	Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 150 g Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Jabłko 150 g Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g ( <u>MLE.</u> ) Mus z jabłek prażonych 150 g Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Jabłko 150 g Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata zielona 20 g Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2451.29 kcal; Białko ogółem: 87.99 g; Tłuszcz: 90.28 g; Kw. tł. nasy.: 29.50 g; Węglowodany ogółem: 333.25 g; W tym cukry: 79.42 g; Błonnik pok.: 29.60 g; Sól: 6.53 g; WW: 30.41 Por; : 14.36 %; : 54.38 %; Ener. z T: 33.15 %; Ener. z Bł.: 2.42 %; K: 4105.75 mg;	Wartość energetyczna: 2421.11 kcal; Białko ogółem: 102.59 g; Tłuszcz: 79.36 g; Kw. tł. nasy.: 29.37 g; Węglowodany ogółem: 337.22 g; W tym cukry: 82.98 g; Błonnik pok.: 29.23 g; Sól: 6.27 g; WW: 30.84 Por; : 16.95 %; : 55.71 %; Ener. z T: 29.50 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 4528.57 mg;	Wartość energetyczna: 2629.33 kcal; Białko ogółem: 116.51 g; Tłuszcz: 89.99 g; Kw. tł. nasy.: 34.56 g; Węglowodany ogółem: 354.15 g; W tym cukry: 84.12 g; Błonnik pok.: 34.39 g; Sól: 8.93 g; WW: 32.07 Por; : 17.72 %; : 53.88 %; Ener. z T: 30.80 %; Ener. z Bł.: 2.62 %; K: 4679.07 mg;	Wartość energetyczna: 1641.94 kcal; Białko ogółem: 89.71 g; Tłuszcz: 60.29 g; Kw. tł. nasy.: 22.47 g; Węglowodany ogółem: 199.93 g; W tym cukry: 27.71 g; Błonnik pok.: 29.55 g; Sól: 8.10 g; WW: 17.10 Por; : 21.86 %; : 48.71 %; Ener. z T: 33.05 %; Ener. z Bł.: 3.60 %; K: 3533.55 mg;	Wartość energetyczna: 2431.82 kcal; Białko ogółem: 104.72 g; Tłuszcz: 70.98 g; Kw. tł. nasy.: 27.91 g; Węglowodany ogółem: 355.14 g; W tym cukry: 107.20 g; Błonnik pok.: 20.07 g; Sól: 6.36 g; WW: 33.55 Por; : 17.22 %; : 58.41 %; Ener. z T: 26.27 %; Ener. z Bł.: 1.65 %; K: 4157.12 mg;	Wartość energetyczna: 2425.05 kcal; Białko ogółem: 103.59 g; Tłuszcz: 83.00 g; Kw. tł. nasy.: 37.05 g; Węglowodany ogółem: 325.92 g; W tym cukry: 82.50 g; Błonnik pok.: 22.42 g; Sól: 6.00 g; WW: 30.38 Por; : 17.09 %; : 53.76 %; Ener. z T: 30.80 %; Ener. z Bł.: 1.85 %; K: 4344.57 mg;	Wartość energetyczna: 2048.11 kcal; Białko ogółem: 84.34 g; Tłuszcz: 54.30 g; Kw. tł. nasy.: 17.93 g; Węglowodany ogółem: 315.93 g; W tym cukry: 110.82 g; Błonnik pok.: 25.38 g; Sól: 7.13 g; WW: 29.08 Por; : 16.47 %; : 61.70 %; Ener. z T: 23.86 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 3740.22 mg;	Wartość energetyczna: 2292.91 kcal; Białko ogółem: 95.81 g; Tłuszcz: 62.12 g; Kw. tł. nasy.: 19.77 g; Węglowodany ogółem: 353.63 g; W tym cukry: 99.56 g; Błonnik pok.: 26.32 g; Sól: 5.97 g; WW: 32.72 Por; : 16.71 %; : 61.69 %; Ener. z T: 24.38 %; Ener. z Bł.: 2.30 %; K: 4155.07 mg;	Wartość energetyczna: 2068.51 kcal; Białko ogółem: 85.89 g; Tłuszcz: 56.56 g; Kw. tł. nasy.: 18.43 g; Węglowodany ogółem: 320.65 g; W tym cukry: 84.50 g; Błonnik pok.: 29.25 g; Sól: 9.55 g; WW: 29.17 Por; : 16.61 %; : 62.01 %; Ener. z T: 24.61 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 3954.87 mg;	Wartość energetyczna: 1485.42 kcal; Białko ogółem: 79.47 g; Tłuszcz: 43.48 g; Kw. tł. nasy.: 14.62 g; Węglowodany ogółem: 210.66 g; W tym cukry: 30.75 g; Błonnik pok.: 30.34 g; Sól: 9.57 g; WW: 18.10 Por; : 21.40 %; : 56.73 %; Ener. z T: 26.34 %; Ener. z Bł.: 4.08 %; K: 3208.59 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,