

Jadłospisy z 46. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-17 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	
2024-11-11 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Twarożek na słodko 60 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Młsk tłuszczowy do smarowania 75% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki jęczmienne 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> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml ( <u>MLE.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u> ) Pomidor 100 g Jabłko 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 100 g Jabłko 150 g Chrupki kukurydziane 20 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 100 g Jabłko 150 g Chrupki kukurydziane 20 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 100 g Jabłko 150 g
		II ŚN			Jabłko 150 g					
2024-11-11 poniedziałek	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńia duszona z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńia duszona z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Filet z kurczaka gotowany 100 g Dyńia duszona z olejem* 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos szpinakowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ.</u> )	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Filet z kurczaka gotowany 100 g Dyńia duszona z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos szpinakowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ.</u> )	Wielowarzywna z ziemniakami * (bez mleka) () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Filet z kurczaka gotowany 100 g Dyńia duszona z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos szpinakowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ.</u> )	Wielowarzywna z ziemniakami * (bez mleka) () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Filet z kurczaka gotowany 100 g Dyńia duszona z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos szpinakowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ.</u> )	Wielowarzywna z ziemniakami * (bez mleka) () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Filet z kurczaka gotowany 100 g Dyńia duszona z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos szpinakowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ.</u> )	Wielowarzywna z ziemniakami * (bez mleka) () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Filet z kurczaka gotowany 100 g Dyńia duszona z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos szpinakowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ.</u> )	
		PD	Mleko UHT 200ml, 3,5% t 1 Por ( <u>MLE.</u> )		Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Mleko UHT 200ml, 3,5% t 1 Por ( <u>MLE.</u> )	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Mleko UHT 200ml, 3,5% t 1 Por ( <u>MLE.</u> )	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	

Jadłospisy z 46. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-17 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	
2024-11-11 poniedziałek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 60 g ( <u>RYB, MLE.</u> ) Salata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 60 g ( <u>RYB, MLE.</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Polędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g ( <u>SOJ, MLE.</u> ) Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 60 g ( <u>RYB, MLE.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 60 g ( <u>RYB, MLE.</u> ) Salata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g	Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 60 g ( <u>RYB, MLE.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 80 g ( <u>SEL.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JEĆZ.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 60 g ( <u>RYB, MLE.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Salata zielona 20 g Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 60 g ( <u>RYB, MLE.</u> ) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g
		PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE.</u> )	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE.</u> )	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE.</u> )	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE.</u> )	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE.</u> )	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE.</u> )	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
	Wartość energetyczna: 2096.66 kcal; Białko ogółem: 91.81 g; Tłuszcz: 63.54 g; Kw. tł. nasy.: 28.50 g; Węglowodany ogółem: 297.29 g; W tym cukry: 86.48 g; Błonnik pok.: 25.63 g; Sól: 7.32 g; WW: 27.06 Por; : 17.52 %; : 56.72 %; Ener. z T: 27.27 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 3329.24 mg;	Wartość energetyczna: 2226.71 kcal; Białko ogółem: 100.60 g; Tłuszcz: 61.40 g; Kw. tł. nasy.: 28.26 g; Węglowodany ogółem: 323.54 g; W tym cukry: 92.56 g; Błonnik pok.: 23.98 g; Sól: 5.53 g; WW: 29.89 Por; : 18.07 %; : 58.12 %; Ener. z T: 24.82 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 3714.39 mg;	Wartość energetyczna: 2402.44 kcal; Białko ogółem: 120.91 g; Tłuszcz: 66.09 g; Kw. tł. nasy.: 30.87 g; Węglowodany ogółem: 339.21 g; W tym cukry: 96.95 g; Błonnik pok.: 30.93 g; Sól: 7.22 g; WW: 30.81 Por; : 20.13 %; : 56.48 %; Ener. z T: 24.76 %; Ener. z Bł.: 2.57 %; K: 3984.87 mg;	Wartość energetyczna: 1759.85 kcal; Białko ogółem: 88.00 g; Tłuszcz: 62.92 g; Kw. tł. nasy.: 22.10 g; Węglowodany ogółem: 221.57 g; W tym cukry: 39.75 g; Błonnik pok.: 33.53 g; Sól: 7.78 g; WW: 18.78 Por; : 20.00 %; : 50.36 %; Ener. z T: 32.18 %; Ener. z Bł.: 3.81 %; K: 3670.80 mg;	Wartość energetyczna: 2568.96 kcal; Białko ogółem: 117.04 g; Tłuszcz: 75.58 g; Kw. tł. nasy.: 34.65 g; Węglowodany ogółem: 362.40 g; W tym cukry: 97.37 g; Błonnik pok.: 21.61 g; Sól: 7.09 g; WW: 34.08 Por; : 18.22 %; : 56.43 %; Ener. z T: 26.48 %; Ener. z Bł.: 1.68 %; K: 3710.46 mg;	Wartość energetyczna: 2110.65 kcal; Białko ogółem: 102.44 g; Tłuszcz: 53.42 g; Kw. tł. nasy.: 25.78 g; Węglowodany ogółem: 308.84 g; W tym cukry: 92.13 g; Błonnik pok.: 20.61 g; Sól: 5.09 g; WW: 28.72 Por; : 19.41 %; : 58.53 %; Ener. z T: 22.78 %; Ener. z Bł.: 1.95 %; K: 3613.94 mg;	Wartość energetyczna: 2100.22 kcal; Białko ogółem: 87.89 g; Tłuszcz: 48.95 g; Kw. tł. nasy.: 16.72 g; Węglowodany ogółem: 334.40 g; W tym cukry: 104.42 g; Błonnik pok.: 26.07 g; Sól: 6.26 g; WW: 30.90 Por; : 16.74 %; : 63.69 %; Ener. z T: 20.97 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 3333.81 mg;	Wartość energetyczna: 2149.47 kcal; Białko ogółem: 96.03 g; Tłuszcz: 52.40 g; Kw. tł. nasy.: 22.17 g; Węglowodany ogółem: 329.96 g; W tym cukry: 86.21 g; Błonnik pok.: 25.50 g; Sól: 5.30 g; WW: 30.40 Por; : 17.87 %; : 61.40 %; Ener. z T: 21.94 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 3453.59 mg;	Wartość energetyczna: 1900.15 kcal; Białko ogółem: 80.94 g; Tłuszcz: 45.79 g; Kw. tł. nasy.: 14.94 g; Węglowodany ogółem: 296.51 g; W tym cukry: 103.61 g; Błonnik pok.: 23.83 g; Sól: 6.25 g; WW: 27.34 Por; : 17.04 %; : 62.42 %; Ener. z T: 21.69 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 3247.81 mg;	

Jadłospisy z 46. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-17 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	
2024-11-12 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</b> ) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</b> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> ) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</b> ) 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> ) 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	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Mus z jabłek prażonych 150 g	Bulka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</b> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> ) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bulka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</b> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> ) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
		II ŚN			Jabłko 1 szt 1 szt					
2024-11-12 wtorek	Obiad	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Pierogi leniwe z masłem i bulką tartą () 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Pierogi leniwe z masłem () 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Pierogi leniwe z masłem () 350 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos koperkowy * 50 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Pierogi leniwe z masłem i bulką tartą () 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos koperkowy *(bez mleka) 50 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Pierogi leniwe z masłem () 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos koperkowy *(bez mleka) 50 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	

Jadłospisy z 46. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-17 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		
2024-11-12 wtorek	Kolacja	PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 0,5 szt ( <u>JAJ.</u> )		Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 0,5 szt ( <u>JAJ.</u> )		Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 0,5 szt ( <u>JAJ.</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 0,5 szt ( <u>JAJ.</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 0,5 szt ( <u>JAJ.</u> )		
			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) 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 ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Schab Maryny-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 drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 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 ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 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> ) 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
			Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt					Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt			
	Wartość energetyczna: 2371.47 kcal; Białko ogółem: 77.16 g; Tłuszcz: 72.51 g; Kw. tł. nasy.: 37.50 g; Węglowodany ogółem: 364.90 g; W tym cukry: 113.92 g; Błonnik pok.: 29.46 g; Sól: 9.05 g; WW: 33.56 Por; : 13.02 %; : 61.55 %; Ener. z T: 27.52 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 3148.00 mg;	Wartość energetyczna: 2199.22 kcal; Białko ogółem: 72.13 g; Tłuszcz: 65.20 g; Kw. tł. nasy.: 33.82 g; Węglowodany ogółem: 347.50 g; W tym cukry: 111.87 g; Błonnik pok.: 29.29 g; Sól: 7.29 g; WW: 31.90 Por; : 13.12 %; : 63.20 %; Ener. z T: 26.68 %; Ener. z Bł.: 2.66 %; K: 3317.78 mg;	Wartość energetyczna: 2600.62 kcal; Białko ogółem: 104.05 g; Tłuszcz: 84.04 g; Kw. tł. nasy.: 45.89 g; Węglowodany ogółem: 376.29 g; W tym cukry: 104.15 g; Błonnik pok.: 34.33 g; Sól: 8.43 g; WW: 34.35 Por; : 16.00 %; : 57.88 %; Ener. z T: 29.08 %; Ener. z Bł.: 2.64 %; K: 3851.18 mg;	Wartość energetyczna: 1668.41 kcal; Białko ogółem: 64.95 g; Tłuszcz: 47.14 g; Kw. tł. nasy.: 13.36 g; Węglowodany ogółem: 266.76 g; W tym cukry: 52.76 g; Błonnik pok.: 37.34 g; Sól: 9.48 g; WW: 22.88 Por; : 15.57 %; : 63.95 %; Ener. z T: 25.43 %; Ener. z Bł.: 4.48 %; K: 3863.70 mg;	Wartość energetyczna: 2342.37 kcal; Białko ogółem: 86.14 g; Tłuszcz: 58.46 g; Kw. tł. nasy.: 25.26 g; Węglowodany ogółem: 386.69 g; W tym cukry: 131.29 g; Błonnik pok.: 24.92 g; Sól: 8.58 g; WW: 36.23 Por; : 14.71 %; : 66.03 %; Ener. z T: 22.46 %; Ener. z Bł.: 2.13 %; K: 3897.39 mg;	Wartość energetyczna: 2237.89 kcal; Białko ogółem: 74.97 g; Tłuszcz: 65.83 g; Kw. tł. nasy.: 35.12 g; Węglowodany ogółem: 348.75 g; W tym cukry: 112.70 g; Błonnik pok.: 24.10 g; Sól: 6.80 g; WW: 32.53 Por; : 13.40 %; : 62.33 %; Ener. z T: 26.47 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 3047.24 mg;	Wartość energetyczna: 1907.87 kcal; Białko ogółem: 72.43 g; Tłuszcz: 47.82 g; Kw. tł. nasy.: 15.91 g; Węglowodany ogółem: 311.00 g; W tym cukry: 92.64 g; Błonnik pok.: 24.52 g; Sól: 6.86 g; WW: 28.63 Por; : 15.19 %; : 65.20 %; Ener. z T: 22.56 %; Ener. z Bł.: 2.57 %; K: 3556.18 mg;	Wartość energetyczna: 2064.58 kcal; Białko ogółem: 72.01 g; Tłuszcz: 50.35 g; Kw. tł. nasy.: 23.97 g; Węglowodany ogółem: 347.37 g; W tym cukry: 111.76 g; Błonnik pok.: 29.29 g; Sól: 7.29 g; WW: 31.88 Por; : 13.95 %; : 67.30 %; Ener. z T: 21.95 %; Ener. z Bł.: 2.84 %; K: 3313.28 mg;	Wartość energetyczna: 1798.60 kcal; Białko ogółem: 68.24 g; Tłuszcz: 48.14 g; Kw. tł. nasy.: 15.43 g; Węglowodany ogółem: 287.45 g; W tym cukry: 90.67 g; Błonnik pok.: 25.05 g; Sól: 7.19 g; WW: 26.22 Por; : 15.18 %; : 63.93 %; Ener. z T: 24.09 %; Ener. z Bł.: 2.79 %; K: 3671.83 mg;		

Jadłospisy z 46. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-17 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
2024-11-13 środa	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )
		Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )	Miiks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g ( <u>MLE.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )	Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> )	Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )
II ŚN		Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> )	Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )	Twaróg półtłusty 60 g ( <u>MLE.</u> )	Banana 1szt. 1 szt	Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )	Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )
		Twaróg półtłusty 60 g ( <u>MLE.</u> )	Twaróg półtłusty 60 g ( <u>MLE.</u> )	Twaróg półtłusty 60 g ( <u>MLE.</u> )	Jabłko 150 g	Banana 1szt. 1 szt	Salata zielona 20 g	Salata zielona 20 g	Salata zielona 20 g
		Salata zielona 20 g	Jajko gotowane kl M 0,5 szt ( <u>JAJ.</u> )	Salata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
		Banan 1szt. 1 szt	Salata zielona 20 g	Jabłko 150 g	Twaróg półtłusty 60 g ( <u>MLE.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )
		Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Banan 1szt. 1 szt		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )	Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )	Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )	Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )
		Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )			Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ.</u> )	Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ.</u> )	Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ.</u> )	Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ.</u> )
		Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )	Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )						
		Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ.</u> )	Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ.</u> )						

Jadłospisy z 46. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-17 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	
2024-11-13 środa	Obiad	Grysikowa * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g ( <u>MLE.</u> ) Kotlet mielony drobiowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Kalafior gotowany* 100 g Salaatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g ( <u>MLE.</u> ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki oprószone () 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 100 g ( <u>MLE.</u> ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kalafior gotowany* 100 g Salaatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g ( <u>MLE.</u> ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki oprószone () 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g ( <u>MLE.</u> ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki oprószone () 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki oprószone () 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml			
	PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )					Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Biszkopty b/m 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u> )	Banan 150 g	Biszkopty b/m 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u> )
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Paszтет z soczewicy* 40 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <u>MLE.</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> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,p arzona z wodą dodaną. 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,p arzona z wodą dodaną. 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u> ) Ser mozzarella kulki 60 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Mięso tłuszczone do smarowania 75% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Paszтет z soczewicy* 40 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,p arzona z wodą dodaną. 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 150 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,p arzona z wodą dodaną. 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <u>MLE.</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 Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Mięso tłuszczone do smarowania 75% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka zielonogórska- wp. parzona 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> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt					Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt				

Jadłospisy z 46. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-17 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
2024-11-13 środa	Wartość energetyczna: 2586.86 kcal; Białko ogółem: 88.86 g; Tłuszcz: 92.34 g; Kw. tł. nasy.: 35.16 g; Węglowodany ogółem: 364.03 g; W tym cukry: 114.13 g; Błonnik pok.: 29.75 g; Sól: 6.51 g; WW: 33.51 Por; : 13.74 %; : 56.29 %; Ener. z T: 32.13 %; Ener. z Bł.: 2.30 %; K: 4597.03 mg;	Wartość energetyczna: 2341.83 kcal; Białko ogółem: 93.10 g; Tłuszcz: 62.78 g; Kw. tł. nasy.: 33.18 g; Węglowodany ogółem: 364.82 g; W tym cukry: 123.04 g; Błonnik pok.: 26.05 g; Sól: 7.33 g; WW: 33.96 Por; : 15.90 %; : 62.31 %; Ener. z T: 24.13 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 4768.58 mg;	Wartość energetyczna: 2558.43 kcal; Białko ogółem: 106.46 g; Tłuszcz: 76.68 g; Kw. tł. nasy.: 39.95 g; Węglowodany ogółem: 377.48 g; W tym cukry: 124.59 g; Błonnik pok.: 32.48 g; Sól: 8.97 g; WW: 34.61 Por; : 16.64 %; : 59.02 %; Ener. z T: 26.97 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 5022.08 mg;	Wartość energetyczna: 1775.33 kcal; Białko ogółem: 76.97 g; Tłuszcz: 60.31 g; Kw. tł. nasy.: 21.17 g; Węglowodany ogółem: 247.67 g; W tym cukry: 57.54 g; Błonnik pok.: 32.44 g; Sól: 5.40 g; WW: 21.53 Por; : 17.34 %; : 55.80 %; Ener. z T: 30.58 %; Ener. z Bł.: 3.66 %; K: 3415.80 mg;	Wartość energetyczna: 2295.12 kcal; Białko ogółem: 91.84 g; Tłuszcz: 56.01 g; Kw. tł. nasy.: 28.49 g; Węglowodany ogółem: 367.56 g; W tym cukry: 114.12 g; Błonnik pok.: 24.03 g; Sól: 6.18 g; WW: 34.41 Por; : 16.01 %; : 64.06 %; Ener. z T: 21.96 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 4422.86 mg;	Wartość energetyczna: 2302.43 kcal; Białko ogółem: 94.16 g; Tłuszcz: 62.46 g; Kw. tł. nasy.: 33.18 g; Węglowodany ogółem: 352.16 g; W tym cukry: 122.40 g; Błonnik pok.: 20.89 g; Sól: 7.23 g; WW: 33.20 Por; : 16.36 %; : 61.18 %; Ener. z T: 24.41 %; Ener. z Bł.: 1.81 %; K: 4618.08 mg;	Wartość energetyczna: 2045.40 kcal; Białko ogółem: 77.10 g; Tłuszcz: 44.55 g; Kw. tł. nasy.: 16.16 g; Węglowodany ogółem: 345.77 g; W tym cukry: 97.94 g; Błonnik pok.: 20.89 g; Sól: 7.89 g; WW: 32.52 Por; : 15.08 %; : 67.62 %; Ener. z T: 19.60 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 4046.36 mg;	Wartość energetyczna: 2172.37 kcal; Białko ogółem: 78.74 g; Tłuszcz: 44.55 g; Kw. tł. nasy.: 19.14 g; Węglowodany ogółem: 379.92 g; W tym cukry: 137.71 g; Błonnik pok.: 28.60 g; Sól: 6.61 g; WW: 35.24 Por; : 14.50 %; : 69.95 %; Ener. z T: 18.46 %; Ener. z Bł.: 2.63 %; K: 4861.08 mg;	Wartość energetyczna: 1998.79 kcal; Białko ogółem: 71.95 g; Tłuszcz: 43.79 g; Kw. tł. nasy.: 15.97 g; Węglowodany ogółem: 341.18 g; W tym cukry: 115.44 g; Błonnik pok.: 20.17 g; Sól: 7.06 g; WW: 32.19 Por; : 14.40 %; : 68.28 %; Ener. z T: 19.72 %; Ener. z Bł.: 2.02 %; K: 4001.73 mg;
2024-11-14 czwartek Śniadanie	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu i cebuli 60 g ( <u>MLE</u> ) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <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> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <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> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE</u> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 0,5 szt ( <u>JAJ</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenno 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pasta z twarogu i cebuli 60 g ( <u>MLE</u> ) Ogórek kiszony 100 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Zacierka na mleku 200 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Marchew gotowana z olejem* 80 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <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> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	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 Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 80 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt

Jadłospisy z 46. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-17 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
2024-11-14 czwartek	II ŚN	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b>)                      Mięks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g (<b>MLE,</b>)                      Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<b>JAJ,</b>)</p>								
	Obiad	<p>Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT,</b>)                      Gołąbek siekany z mięsa wp 250 g (<b>JAJ,</b>)                      Sos pomidorowy 70 ml (<b>GLU PSZ,</b>)                      Cukinia pieczona z olejem * 200 g                      Herbata ekspresowa owocowa                      Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana * () 400 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b>)                      Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 400 g (<b>SEL,</b>)                      Sos pomidorowy 50 ml (<b>GLU PSZ,</b>)                      Cukinia pieczona z olejem * 200 g                      Herbata ekspresowa owocowa                      Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana * () 400 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b>)                      Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 440 g (<b>SEL,</b>)                      Sos pomidorowy 50 ml (<b>GLU PSZ,</b>)                      Cukinia pieczona z olejem * 200 g                      Herbata ekspresowa owocowa                      Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana * () 300 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b>)                      Risotto (br.) z mięsem wieprzowym i warzywami () 400 g (<b>SEL,</b>)                      Sos pomidorowy 50 ml (<b>GLU PSZ,</b>)                      Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 200 g (<b>SEL,</b>)                      Herbata ekspresowa owocowa                      Cateringowa b/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana * () 400 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b>)                      Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 400 g (<b>SEL,</b>)                      Sos pomidorowy 50 ml (<b>GLU PSZ,</b>)                      Cukinia pieczona z olejem * 150 g                      Herbata ekspresowa owocowa                      Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana * () 400 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b>)                      Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 400 g (<b>SEL,</b>)                      Sos pomidorowy 50 ml (<b>GLU PSZ,</b>)                      Cukinia pieczona z olejem * 200 g                      Herbata ekspresowa owocowa                      Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (<b>GLU PSZ, SEL,</b>)                      Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 400 g (<b>SEL,</b>)                      Sos pomidorowy 50 ml (<b>GLU PSZ,</b>)                      Cukinia pieczona z olejem * 200 g                      Herbata ekspresowa owocowa                      Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana * () 400 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b>)                      Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 400 g (<b>SEL,</b>)                      Sos pomidorowy 50 ml (<b>GLU PSZ,</b>)                      Cukinia pieczona z olejem * 200 g                      Herbata ekspresowa owocowa                      Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (<b>GLU PSZ, SEL,</b>)                      Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 400 g (<b>SEL,</b>)                      Sos pomidorowy 50 ml (<b>GLU PSZ,</b>)                      Cukinia pieczona z olejem * 200 g                      Herbata ekspresowa owocowa                      Cateringowa z/c 250 ml</p>
	PD	<p>Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b>)                      Masło extra 82% 5 g (<b>MLE,</b>)                      Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (<b>SOJ,</b>)</p>	<p>Kefir 1,5% tł 150g 1                      Por (<b>MLE,</b>)</p>	<p>Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml</p>					



Jadłospisy z 46. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-17 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	
2024-11-14 czwartek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałatka jarzynowa ( ) 100 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałatka jarzynowa - dieta ( ) 100 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałatka jarzynowa - dieta ( ) 100 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Młoks 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> ) Sałatka jarzynowa - dieta ( ) 100 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki jęczmieńne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JEĆZ.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałatka jarzynowa - dieta ( ) 80 g ( <u>MLE, SEL.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Schab Maryny-wędziona, p arzona z wodą dodaną. 50 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> ) Sałatka jarzynowa - dieta ( ) 100 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) 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.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałatka jarzynowa z olejem ( ) 100 g ( <u>SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałatka jarzynowa - dieta ( ) 100 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) 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> ) Sałatka jarzynowa z olejem ( ) 100 g ( <u>SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2093.32 kcal; Białko ogółem: 77.61 g; Tłuszcz: 75.97 g; Kw. tł. nasy.: 27.19 g; Węglowodany ogółem: 284.09 g; W tym cukry: 93.23 g; Błonnik pok.: 24.73 g; Sól: 7.97 g; WW: 25.95 Por.; : 14.83 %; : 54.29 %; Ener. z T: 32.66 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 3640.22 mg;	Wartość energetyczna: 2358.64 kcal; Białko ogółem: 80.30 g; Tłuszcz: 71.48 g; Kw. tł. nasy.: 24.76 g; Węglowodany ogółem: 360.24 g; W tym cukry: 97.22 g; Błonnik pok.: 27.40 g; Sól: 5.70 g; WW: 33.33 Por.; : 13.62 %; : 61.09 %; Ener. z T: 27.27 %; Ener. z Bł.: 2.32 %; K: 4103.93 mg;	Wartość energetyczna: 2719.11 kcal; Białko ogółem: 116.10 g; Tłuszcz: 94.65 g; Kw. tł. nasy.: 35.29 g; Węglowodany ogółem: 366.39 g; W tym cukry: 60.03 g; Błonnik pok.: 36.24 g; Sól: 9.22 g; WW: 33.06 Por.; : 17.08 %; : 53.90 %; Ener. z T: 31.33 %; Ener. z Bł.: 2.67 %; K: 4293.86 mg;	Wartość energetyczna: 1956.16 kcal; Białko ogółem: 80.25 g; Tłuszcz: 66.82 g; Kw. tł. nasy.: 18.66 g; Węglowodany ogółem: 281.79 g; W tym cukry: 31.54 g; Błonnik pok.: 50.52 g; Sól: 7.73 g; WW: 23.15 Por.; : 16.41 %; : 57.62 %; Ener. z T: 30.74 %; Ener. z Bł.: 5.17 %; K: 4032.10 mg;	Wartość energetyczna: 2431.28 kcal; Białko ogółem: 93.26 g; Tłuszcz: 77.80 g; Kw. tł. nasy.: 28.70 g; Węglowodany ogółem: 351.28 g; W tym cukry: 70.48 g; Błonnik pok.: 24.81 g; Sól: 6.72 g; WW: 32.74 Por.; : 15.34 %; : 57.79 %; Ener. z T: 28.80 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 3933.85 mg;	Wartość energetyczna: 2322.51 kcal; Białko ogółem: 82.01 g; Tłuszcz: 72.72 g; Kw. tł. nasy.: 25.93 g; Węglowodany ogółem: 344.12 g; W tym cukry: 96.85 g; Błonnik pok.: 22.24 g; Sól: 5.48 g; WW: 32.22 Por.; : 14.12 %; : 59.27 %; Ener. z T: 28.18 %; Ener. z Bł.: 1.92 %; K: 3953.43 mg;	Wartość energetyczna: 2240.08 kcal; Białko ogółem: 76.47 g; Tłuszcz: 67.86 g; Kw. tł. nasy.: 16.81 g; Węglowodany ogółem: 340.57 g; W tym cukry: 89.70 g; Błonnik pok.: 22.54 g; Sól: 6.41 g; WW: 31.78 Por.; : 13.66 %; : 60.81 %; Ener. z T: 27.26 %; Ener. z Bł.: 2.01 %; K: 3776.43 mg;	Wartość energetyczna: 2226.80 kcal; Białko ogółem: 80.24 g; Tłuszcz: 56.88 g; Kw. tł. nasy.: 19.84 g; Węglowodany ogółem: 360.19 g; W tym cukry: 97.17 g; Błonnik pok.: 27.40 g; Sól: 5.70 g; WW: 33.32 Por.; : 14.41 %; : 64.70 %; Ener. z T: 22.99 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 4101.93 mg;	Wartość energetyczna: 2321.09 kcal; Białko ogółem: 81.44 g; Tłuszcz: 69.07 g; Kw. tł. nasy.: 16.60 g; Węglowodany ogółem: 356.08 g; W tym cukry: 90.59 g; Błonnik pok.: 27.70 g; Sól: 7.48 g; WW: 32.81 Por.; : 14.03 %; : 61.36 %; Ener. z T: 26.78 %; Ener. z Bł.: 2.39 %; K: 3926.93 mg;

Jadłospisy z 46. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-17 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	
2024-11-15 piątek	Śniadanie	<p>Platki pszenne na mleku 300 ml (<b>GLU PSZ, MLE.</b>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Masło extra 82% 14 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Dżem 25 g 1 szt (<b>MLE.</b>)</p> <p>Twarożek 60 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Jabłko 150 g</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<b>SOJ.</b>)</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 60 g (<b>GLU PSZ.</b>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Masło extra 82% 14 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Dżem 25 g 1 szt (<b>MLE.</b>)</p> <p>Twarożek 60 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Jabłko 150 g</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<b>SOJ.</b>)</p>	<p>Platki pszenne na mleku 300 ml (<b>GLU PSZ, MLE.</b>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Masło extra 82% 14 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Twarożek 60 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 60 g (<b>SOJ.</b>)</p> <p>Jabłko 150 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Miiks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<b>SOJ.</b>)</p> <p>Twarożek 60 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> <p>Platki pszenne na mleku 300 ml (<b>GLU PSZ, MLE.</b>)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 60 g (<b>GLU PSZ.</b>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Masło extra 82% 14 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Dżem 60 g</p> <p>Jabłko pieczone 150 g</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 80 g (<b>GLU PSZ.</b>)</p> <p>Masło extra 82% 14 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Twarożek 60 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Dżem 25 g 1 szt</p> <p>Jabłko 150 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 80 g (<b>GLU PSZ.</b>)</p> <p>Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g</p> <p>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Dżem 25 g 1 szt</p> <p>Jabłko 150 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<b>SOJ.</b>)</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 60 g (<b>GLU PSZ.</b>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Dżem 25 g 1 szt</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Twarożek 60 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Jabłko pieczone 150 g</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<b>SOJ.</b>)</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 60 g (<b>GLU PSZ.</b>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g</p> <p>Dżem 25 g 1 szt</p> <p>Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 60 g (<b>SOJ.</b>)</p> <p>Jabłko 150 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g</p> <p>Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<b>SOJ.</b>)</p>
		II ŚN			<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Miiks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<b>SOJ.</b>)</p>					

Jadłospisy z 46. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-17 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
2024-11-15 piątek	Obiad	Dyniowa z makaronem* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g ( <u>MLE.</u> ) Ryba pieczona (Dorsz) 100 g ( <u>RYB.</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g ( <u>MLE.</u> ) Ryba pieczona (Dorsz) 100 g ( <u>RYB.</u> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g ( <u>MLE.</u> ) Ryba pieczona (Dorsz) 100 g ( <u>RYB.</u> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g ( <u>MLE.</u> ) Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <u>RYB.</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g ( <u>MLE.</u> ) Ryba pieczona (Dorsz) 100 g ( <u>RYB.</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 100 g ( <u>RYB.</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 100 g ( <u>RYB.</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 100 g ( <u>RYB.</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml
	PD	Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g	Budyń o smaku czekoladowym z/c 150 ml ( <u>MLE.</u> )	Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g		Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g	Chrupki kukurydziane 20 g	Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g ( <u>JAJ, MLE.</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> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g ( <u>JAJ, MLE.</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> ) Mięso tłuszczone do smarowania 75% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g ( <u>JAJ, 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 natką pietruszki - dieta 60 g ( <u>JAJ, MLE.</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 Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Szynka zielonogórska- wp. parzona 20 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> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, p arzona z wodą dodaną. 60 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> )	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 Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> )
PN	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <u>MLE.</u> )				Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> )	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> )	

**Jadłospisy z 46. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-17 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
2024-11-15 piątek		Wartość energetyczna: 2363.54 kcal; Białko ogółem: 87.68 g; Tłuszcz: 81.69 g; Kw. tł. nasy.: 34.09 g; Węglowodany ogółem: 336.93 g; W tym cukry: 88.12 g; Błonnik pok.: 38.48 g; Sól: 6.91 g; WW: 29.95 Por; : 14.84 %; : 57.02 %; Ener. z T: 31.11 %; Ener. z Bł.: 3.26 %; K: 4659.12 mg;	Wartość energetyczna: 2214.36 kcal; Białko ogółem: 90.14 g; Tłuszcz: 68.33 g; Kw. tł. nasy.: 31.75 g; Węglowodany ogółem: 326.23 g; W tym cukry: 86.91 g; Błonnik pok.: 35.08 g; Sól: 6.19 g; WW: 29.27 Por; : 16.28 %; : 58.93 %; Ener. z T: 27.77 %; Ener. z Bł.: 3.17 %; K: 4603.69 mg;	Wartość energetyczna: 2482.82 kcal; Białko ogółem: 118.88 g; Tłuszcz: 74.21 g; Kw. tł. nasy.: 36.03 g; Węglowodany ogółem: 351.03 g; W tym cukry: 86.68 g; Błonnik pok.: 36.02 g; Sól: 10.33 g; WW: 31.67 Por; : 19.15 %; : 56.55 %; Ener. z T: 26.90 %; Ener. z Bł.: 2.90 %; K: 4740.13 mg;	Wartość energetyczna: 1552.86 kcal; Białko ogółem: 78.26 g; Tłuszcz: 53.98 g; Kw. tł. nasy.: 19.17 g; Węglowodany ogółem: 206.29 g; W tym cukry: 31.93 g; Błonnik pok.: 37.56 g; Sól: 6.08 g; WW: 16.94 Por; : 20.16 %; : 53.14 %; Ener. z T: 31.29 %; Ener. z Bł.: 4.84 %; K: 3921.05 mg;	Wartość energetyczna: 2250.46 kcal; Białko ogółem: 86.49 g; Tłuszcz: 61.80 g; Kw. tł. nasy.: 27.21 g; Węglowodany ogółem: 349.21 g; W tym cukry: 102.85 g; Błonnik pok.: 27.68 g; Sól: 6.16 g; WW: 32.24 Por; : 15.37 %; : 62.07 %; Ener. z T: 24.71 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 3705.60 mg;	Wartość energetyczna: 2167.51 kcal; Białko ogółem: 91.11 g; Tłuszcz: 67.83 g; Kw. tł. nasy.: 31.61 g; Węglowodany ogółem: 312.36 g; W tym cukry: 86.52 g; Błonnik pok.: 29.92 g; Sól: 5.76 g; WW: 28.37 Por; : 16.81 %; : 57.64 %; Ener. z T: 28.16 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K: 4453.19 mg;	Wartość energetyczna: 2045.89 kcal; Białko ogółem: 86.69 g; Tłuszcz: 54.61 g; Kw. tł. nasy.: 16.63 g; Węglowodany ogółem: 316.77 g; W tym cukry: 89.23 g; Błonnik pok.: 30.51 g; Sól: 7.19 g; WW: 28.68 Por; : 16.95 %; : 61.93 %; Ener. z T: 24.02 %; Ener. z Bł.: 2.98 %; K: 4115.19 mg;	Wartość energetyczna: 2080.17 kcal; Białko ogółem: 93.33 g; Tłuszcz: 53.56 g; Kw. tł. nasy.: 24.82 g; Węglowodany ogółem: 320.15 g; W tym cukry: 75.29 g; Błonnik pok.: 30.02 g; Sól: 7.37 g; WW: 29.21 Por; : 17.95 %; : 61.56 %; Ener. z T: 23.17 %; Ener. z Bł.: 2.89 %; K: 4060.78 mg;	Wartość energetyczna: 2107.40 kcal; Białko ogółem: 86.67 g; Tłuszcz: 55.49 g; Kw. tł. nasy.: 16.74 g; Węglowodany ogółem: 332.34 g; W tym cukry: 89.45 g; Błonnik pok.: 35.67 g; Sól: 8.04 g; WW: 29.77 Por; : 16.45 %; : 63.08 %; Ener. z T: 23.70 %; Ener. z Bł.: 3.38 %; K: 4265.69 mg;
		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u> ) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u> ) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym 60 g ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 0,5 szt ( <u>JAJ.</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE.</u> ) Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pasta warzywna* 80 g ( <u>SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u> ) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bulka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u> ) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
2024-11-16 sobota	Śniadanie									
	II ŚN				Jabłko 1 szt 1 szt					

Jadłospisy z 46. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-17 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	
2024-11-16 sobota	Obiad	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza gryczana 200 g Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Sałatka szwedzka () 100 g ( <b>GOR.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Gulasz wieprzowydietna 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Gulasz wieprzowydietna 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza gryczana 100 g Gulasz wieprzowydietna 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Sałatka szwedzka b/c () 100 g ( <b>GOR.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Gulasz wieprzowydietna 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Buraczki gotowane () 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Gulasz wieprzowydietna 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Gulasz wieprzowydietna 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml ( <b>SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Gulasz wieprzowydietna 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml ( <b>SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Gulasz wieprzowydietna 150 g ( <b>GLU PSZ.</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> )	Biszkopty b/m 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</b> )	Serek ziarnisty 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )
2024-11-16 sobota	Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Mięso tłuszczone do smarowania 75% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 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 ZYT.</b> ) Mięso tłuszczone do smarowania 75% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g ( <b>SEL.</b> )	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> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g ( <b>SEL.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną, 50 g ( <b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tuszczone do smarowania (70%) 14 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tuszczone do smarowania (70%) 14 g Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
		PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt					Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	

Jadłospisy z 46. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-17 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
2024-11-16 sobota	Wartość energetyczna: 2343.35 kcal; Białko ogółem: 111.73 g; Tłuszcz: 73.94 g; Kw. tł. nasy.: 27.58 g; Węglowodany ogółem: 322.61 g; W tym cukry: 77.74 g; Błonnik pok.: 30.07 g; Sól: 12.35 g; WW: 29.20 Por; : 19.07 %; : 55.07 %; Ener. z T: 28.40 %; Ener. z Bł.: 2.57 %; K: 3384.51 mg;	Wartość energetyczna: 2256.76 kcal; Białko ogółem: 109.44 g; Tłuszcz: 60.72 g; Kw. tł. nasy.: 27.95 g; Węglowodany ogółem: 333.16 g; W tym cukry: 90.30 g; Błonnik pok.: 29.34 g; Sól: 10.55 g; WW: 30.37 Por; : 19.40 %; : 59.05 %; Ener. z T: 24.21 %; Ener. z Bł.: 2.60 %; K: 3935.05 mg;	Wartość energetyczna: 2560.20 kcal; Białko ogółem: 139.36 g; Tłuszcz: 77.54 g; Kw. tł. nasy.: 35.59 g; Węglowodany ogółem: 344.43 g; W tym cukry: 79.64 g; Błonnik pok.: 36.84 g; Sól: 11.45 g; WW: 30.77 Por; : 21.77 %; : 53.81 %; Ener. z T: 27.26 %; Ener. z Bł.: 2.88 %; K: 4472.91 mg;	Wartość energetyczna: 1849.42 kcal; Białko ogółem: 105.79 g; Tłuszcz: 59.52 g; Kw. tł. nasy.: 18.17 g; Węglowodany ogółem: 240.76 g; W tym cukry: 35.70 g; Błonnik pok.: 35.85 g; Sól: 11.47 g; WW: 20.38 Por; : 22.88 %; : 52.07 %; Ener. z T: 28.96 %; Ener. z Bł.: 3.88 %; K: 3603.89 mg;	Wartość energetyczna: 2347.76 kcal; Białko ogółem: 98.40 g; Tłuszcz: 68.17 g; Kw. tł. nasy.: 28.01 g; Węglowodany ogółem: 349.74 g; W tym cukry: 80.00 g; Błonnik pok.: 29.02 g; Sól: 7.87 g; WW: 32.05 Por; : 16.76 %; : 59.59 %; Ener. z T: 26.13 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 3964.19 mg;	Wartość energetyczna: 2357.21 kcal; Białko ogółem: 107.58 g; Tłuszcz: 69.13 g; Kw. tł. nasy.: 28.96 g; Węglowodany ogółem: 336.14 g; W tym cukry: 111.05 g; Błonnik pok.: 27.14 g; Sól: 7.92 g; WW: 30.96 Por; : 18.26 %; : 57.04 %; Ener. z T: 26.39 %; Ener. z Bł.: 2.30 %; K: 3540.93 mg;	Wartość energetyczna: 2026.32 kcal; Białko ogółem: 80.46 g; Tłuszcz: 46.62 g; Kw. tł. nasy.: 15.05 g; Węglowodany ogółem: 332.91 g; W tym cukry: 100.79 g; Błonnik pok.: 27.48 g; Sól: 6.06 g; WW: 30.63 Por; : 15.88 %; : 65.72 %; Ener. z T: 20.71 %; Ener. z Bł.: 2.71 %; K: 3567.78 mg;	Wartość energetyczna: 2196.92 kcal; Białko ogółem: 109.38 g; Tłuszcz: 54.12 g; Kw. tł. nasy.: 23.58 g; Węglowodany ogółem: 333.10 g; W tym cukry: 90.25 g; Błonnik pok.: 29.34 g; Sól: 10.55 g; WW: 30.36 Por; : 19.92 %; : 60.65 %; Ener. z T: 22.17 %; Ener. z Bł.: 2.67 %; K: 3933.05 mg;	Wartość energetyczna: 1890.27 kcal; Białko ogółem: 76.97 g; Tłuszcz: 47.21 g; Kw. tł. nasy.: 15.26 g; Węglowodany ogółem: 302.34 g; W tym cukry: 81.31 g; Błonnik pok.: 23.46 g; Sól: 8.06 g; WW: 27.89 Por; : 16.29 %; : 63.98 %; Ener. z T: 22.48 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 3523.15 mg;
2024-11-17 niedziela	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,p arzona z wodą dodaną. 60 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u> ) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,p arzona z wodą dodaną. 60 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u> ) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,p arzona z wodą dodaną. 60 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,p arzona z wodą dodaną. 60 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u> ) Pomidor 100 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 ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,p arzona z wodą dodaną. 60 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u> ) Mus z jabłek () z/c 150 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,p arzona z wodą dodaną. 50 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u> ) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 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> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,p arzona z wodą dodaną. 60 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u> ) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Jabłko 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g
II ŚN				Jabłko 150 g					

Jadłospisy z 46. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-17 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
2024-11-17 niedziela	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g ( <u>MLE.</u> ) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Surówka Coleslaw () 100 g ( <u>JAJ, MLE, GOR.</u> ) Brokuł gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 100 g ( <u>MLE.</u> ) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g ( <u>MLE.</u> ) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g ( <u>MLE.</u> ) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 100 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
		PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ.</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ.</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ.</u> )		Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ.</u> )

Jadłospisy z 46. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-17 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	
2024-11-17 niedziela	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE.</u> ) Papryka świeża 100 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-pszenny 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE.</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE.</u> ) Papryka świeża 100 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 ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g ( <u>SEL.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 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> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 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> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 80 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	
	PN	Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE.</u> )						Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE.</u> )	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE.</u> )	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt
			Wartość energetyczna: 2370.86 kcal; Białko ogółem: 111.17 g; Tłuszcz: 86.83 g; Kw. tł. nasy.: 38.34 g; Węglowodany ogółem: 296.88 g; W tym cukry: 84.21 g; Błonnik pok.: 28.10 g; Sól: 8.03 g; WW: 27.07 Por; : 18.76 %; : 50.09 %; Ener. z T: 32.96 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 4264.42 mg;	Wartość energetyczna: 2410.26 kcal; Białko ogółem: 117.54 g; Tłuszcz: 83.67 g; Kw. tł. nasy.: 38.02 g; Węglowodany ogółem: 306.08 g; W tym cukry: 77.03 g; Błonnik pok.: 24.66 g; Sól: 7.69 g; WW: 28.25 Por; : 19.51 %; : 50.80 %; Ener. z T: 31.24 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 4427.88 mg;	Wartość energetyczna: 2670.10 kcal; Białko ogółem: 131.98 g; Tłuszcz: 102.08 g; Kw. tł. nasy.: 46.99 g; Węglowodany ogółem: 319.22 g; W tym cukry: 77.77 g; Błonnik pok.: 31.47 g; Sól: 10.24 g; WW: 28.93 Por; : 19.77 %; : 47.82 %; Ener. z T: 34.41 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 4620.13 mg;	Wartość energetyczna: 1776.56 kcal; Białko ogółem: 96.99 g; Tłuszcz: 65.99 g; Kw. tł. nasy.: 21.82 g; Węglowodany ogółem: 213.82 g; W tym cukry: 49.51 g; Błonnik pok.: 33.08 g; Sól: 6.94 g; WW: 18.20 Por; : 21.84 %; : 48.14 %; Ener. z T: 33.43 %; Ener. z Bł.: 3.72 %; K: 3651.46 mg;	Wartość energetyczna: 2471.95 kcal; Białko ogółem: 120.26 g; Tłuszcz: 81.36 g; Kw. tł. nasy.: 35.54 g; Węglowodany ogółem: 327.98 g; W tym cukry: 72.08 g; Błonnik pok.: 25.37 g; Sól: 7.35 g; WW: 30.25 Por; : 19.46 %; : 53.07 %; Ener. z T: 29.62 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 4161.02 mg;	Wartość energetyczna: 2349.87 kcal; Białko ogółem: 114.78 g; Tłuszcz: 82.81 g; Kw. tł. nasy.: 37.82 g; Węglowodany ogółem: 293.23 g; W tym cukry: 76.39 g; Błonnik pok.: 19.50 g; Sól: 6.96 g; WW: 27.47 Por; : 19.54 %; : 49.91 %; Ener. z T: 31.72 %; Ener. z Bł.: 1.66 %; K: 4277.38 mg;	Wartość energetyczna: 1999.33 kcal; Białko ogółem: 97.29 g; Tłuszcz: 66.43 g; Kw. tł. nasy.: 23.01 g; Węglowodany ogółem: 264.60 g; W tym cukry: 72.19 g; Błonnik pok.: 20.14 g; Sól: 8.15 g; WW: 24.42 Por; : 19.46 %; : 52.94 %; Ener. z T: 29.90 %; Ener. z Bł.: 2.01 %; K: 3972.24 mg;	Wartość energetyczna: 2165.62 kcal; Białko ogółem: 102.47 g; Tłuszcz: 64.32 g; Kw. tł. nasy.: 28.42 g; Węglowodany ogółem: 306.54 g; W tym cukry: 85.88 g; Błonnik pok.: 28.21 g; Sól: 7.57 g; WW: 27.92 Por; : 18.93 %; : 56.62 %; Ener. z T: 26.73 %; Ener. z Bł.: 2.61 %; K: 4437.86 mg;	Wartość energetyczna: 2035.08 kcal; Białko ogółem: 96.94 g; Tłuszcz: 76.81 g; Kw. tł. nasy.: 26.42 g; Węglowodany ogółem: 251.43 g; W tym cukry: 72.05 g; Błonnik pok.: 21.43 g; Sól: 8.63 g; WW: 23.02 Por; : 19.05 %; : 49.42 %; Ener. z T: 33.97 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 3991.59 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,  
SO2 - Dwutlenek siarki / siarczyny,  
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,  
MCK - Mięczaki i pochodne,  
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,  
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,  
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,  
GLU JEĆZ - 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,