

Jadłospisy z 47. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 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	
2024-11-18 poniedziałek	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ,) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE</b> ,) Kurczak gotowany-dr,produkt grubo t grubo rozdrobniony,parzony, z dod.białka, w osłonce niejadalnej. 60 g ( <b>JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR</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> ,) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE</b> ,) Kurczak gotowany-dr,produkt grubo rozdrobniony,parzony, z dod.białka, w osłonce niejadalnej. 60 g ( <b>JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR</b> ,) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ,) Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ</b> ,) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE</b> ,) Kurczak gotowany-dr,produkt grubo rozdrobniony,parzony, z dod.białka, w osłonce niejadalnej. 60 g ( <b>JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR</b> ,) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60g ( <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> ,) Kurczak gotowany-dr,produkt grubo rozdrobniony,parzony, z dod.białka, w osłonce niejadalnej. 60 g ( <b>JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR</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> ,) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE</b> ,) Kurczak gotowany-dr,produkt grubo rozdrobniony,parzony, z dod.białka, w osłonce niejadalnej. 60 g ( <b>JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR</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,produkt grubo rozdrobniony,parzony, z dod.białka, w osłonce niejadalnej. 60 g ( <b>JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR</b> ,) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ</b> ,) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ,) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ,) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ,) Kurczak gotowany-dr,produkt grubo rozdrobniony,parzony, z dod.białka, w osłonce niejadalnej. 60 g ( <b>JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR</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 Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
		II ŚN			Jabłko 1 szt 1 szt					
2024-11-18 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 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 (*) 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	
		PD		Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt					Wafle ryżowe 30 g	

Jadłospisy z 47. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 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	
2024-11-18 poniedziałek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców 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-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 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-pszenny 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</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 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> ) 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 ZYT.</b> ) Masło extra 82% 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-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 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 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
	PN	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <b>SOJ.</b> )		Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <b>SOJ.</b> )		Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <b>SOJ.</b> )	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <b>SOJ.</b> )	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	

Jadłospisy z 47. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 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
2024-11-18 poniedziałek	Wartość energetyczna: 2183.21 kcal; Białko ogółem: 66.89 g; Tłuszcz: 49.28 g; Kw. tł. nasy.: 25.28 g; Węglowodany ogółem: 383.88 g; W tym cukry: 157.88 g; Błonnik pok.: 25.83 g; Sól: 9.73 g; WW: 35.81 Por; : 12.26 %; : 70.33 %; Ener. z T: 20.32 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 3443.75 mg;	Wartość energetyczna: 2071.57 kcal; Białko ogółem: 66.11 g; Tłuszcz: 46.52 g; Kw. tł. nasy.: 23.46 g; Węglowodany ogółem: 362.65 g; W tym cukry: 123.86 g; Błonnik pok.: 22.99 g; Sól: 6.69 g; WW: 34.01 Por; : 12.76 %; : 70.02 %; Ener. z T: 20.21 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 3264.71 mg;	Wartość energetyczna: 2275.18 kcal; Białko ogółem: 81.54 g; Tłuszcz: 50.93 g; Kw. tł. nasy.: 25.14 g; Węglowodany ogółem: 390.55 g; W tym cukry: 128.08 g; Błonnik pok.: 28.15 g; Sól: 8.67 g; WW: 36.33 Por; : 14.34 %; : 68.66 %; Ener. z T: 20.15 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 3579.79 mg;	Wartość energetyczna: 1721.98 kcal; Białko ogółem: 70.12 g; Tłuszcz: 52.97 g; Kw. tł. nasy.: 13.36 g; Węglowodany ogółem: 257.00 g; W tym cukry: 57.81 g; Błonnik pok.: 35.77 g; Sól: 9.46 g; WW: 22.07 Por; : 16.29 %; : 59.70 %; Ener. z T: 27.68 %; Ener. z Bł.: 4.15 %; K: 3719.61 mg;	Wartość energetyczna: 2247.77 kcal; Białko ogółem: 75.67 g; Tłuszcz: 54.33 g; Kw. tł. nasy.: 25.25 g; Węglowodany ogółem: 377.81 g; W tym cukry: 119.39 g; Błonnik pok.: 21.56 g; Sól: 6.67 g; WW: 35.72 Por; : 13.47 %; : 67.23 %; Ener. z T: 21.75 %; Ener. z Bł.: 1.92 %; K: 3313.04 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: 2011.73 kcal; Białko ogółem: 66.05 g; Tłuszcz: 39.92 g; Kw. tł. nasy.: 19.08 g; Węglowodany ogółem: 362.59 g; W tym cukry: 123.82 g; Błonnik pok.: 22.99 g; Sól: 6.69 g; WW: 34.00 Por; : 13.13 %; : 72.09 %; Ener. z T: 17.86 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 3262.71 mg;	Wartość energetyczna: 2071.14 kcal; Białko ogółem: 70.42 g; Tłuszcz: 55.29 g; Kw. tł. nasy.: 14.33 g; Węglowodany ogółem: 332.82 g; W tym cukry: 102.17 g; Błonnik pok.: 26.59 g; Sól: 5.04 g; WW: 30.64 Por; : 13.60 %; : 64.28 %; Ener. z T: 24.03 %; Ener. z Bł.: 2.57 %; K: 3236.78 mg;
2024-11-19 wtorek	Śniadanie Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JĘCZ.</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> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Gruszka 1szt. 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</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> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JĘCZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <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> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ.</u> ) 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 ( <u>MLE.</u> ) Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JĘCZ.</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> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 20 g ( <u>SOJ.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Gruszka 1szt. 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )	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> ) 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 ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw 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> ) Jabłko pieczone 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 Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g
II ŚN			Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )						

Jadłospisy z 47. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 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
2024-11-19 wtorek	Obiad	<p>Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Szynka wieprzowa gotowana 100 g</p> <p>Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)</p> <p>Marchew oprószana z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Szynka wieprzowa gotowana 100 g</p> <p>Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)</p> <p>Marchew oprószana z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Szynka wieprzowa gotowana 100 g</p> <p>Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)</p> <p>Marchew oprószana z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Szynka wieprzowa gotowana 100 g</p> <p>Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)</p> <p>Marchew oprószana z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g</p> <p>Szynka wieprzowa gotowana 100 g</p> <p>Sos pietruszkowy (bez mleka)* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)</p> <p>Marchew oprószana z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g</p> <p>Szynka wieprzowa gotowana 100 g</p> <p>Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)</p> <p>Marchew oprószana z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g</p> <p>Szynka wieprzowa gotowana 100 g</p> <p>Sos pietruszkowy (bez mleka)* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)</p> <p>Marchew oprószana z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g</p> <p>Szynka wieprzowa gotowana 100 g</p> <p>Sos pietruszkowy (bez mleka)* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)</p> <p>Marchew oprószana z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml</p>
	P.D	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>)</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 25 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>)</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>)</p>		<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>)</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>)</p> <p>Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g</p> <p>Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>)</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>)</p> <p>Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g</p> <p>Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g</p>

Jadłospisy z 47. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 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	
2024-11-19 wtorek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konsjerwowa 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-pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konsjerwowa 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 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konsjerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konsjerwowa 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	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JEJCZ.</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 Konsjerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Buraczki gotowane () 80 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Maryny-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną 50 g ( <b>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</b> ) 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 kieł.wp.gr.rozd.wędz.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 ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konsjerwowa 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-pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynka Konsjerwowa 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 owocowy pasteryzowany 0,3L 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2358.00 kcal; Białko ogółem: 97.03 g; Tłuszcz: 79.83 g; Kw. tł. nasy.: 32.04 g; Węglowodany ogółem: 327.77 g; W tym cukry: 71.84 g; Błonnik pok.: 30.48 g; Sól: 9.92 g; WW: 29.80 Por; : 16.46 %; : 55.60 %; Ener. z T: 30.47 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 4014.16 mg;	Wartość energetyczna: 2271.26 kcal; Białko ogółem: 95.98 g; Tłuszcz: 70.90 g; Kw. tł. nasy.: 30.22 g; Węglowodany ogółem: 325.14 g; W tym cukry: 67.23 g; Błonnik pok.: 25.98 g; Sól: 9.12 g; WW: 30.04 Por; : 16.90 %; : 57.26 %; Ener. z T: 28.10 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 3844.92 mg;	Wartość energetyczna: 2587.72 kcal; Białko ogółem: 125.80 g; Tłuszcz: 86.30 g; Kw. tł. nasy.: 38.12 g; Węglowodany ogółem: 344.60 g; W tym cukry: 81.32 g; Błonnik pok.: 35.00 g; Sól: 11.08 g; WW: 31.08 Por; : 19.45 %; : 53.27 %; Ener. z T: 30.02 %; Ener. z Bł.: 2.70 %; K: 4717.71 mg;	Wartość energetyczna: 1723.68 kcal; Białko ogółem: 88.66 g; Tłuszcz: 63.49 g; Kw. tł. nasy.: 20.95 g; Węglowodany ogółem: 214.61 g; W tym cukry: 36.85 g; Błonnik pok.: 30.18 g; Sól: 8.53 g; WW: 18.42 Por; : 20.57 %; : 49.80 %; Ener. z T: 33.15 %; Ener. z Bł.: 3.50 %; K: 3451.60 mg;	Wartość energetyczna: 2369.86 kcal; Białko ogółem: 103.22 g; Tłuszcz: 69.67 g; Kw. tł. nasy.: 32.01 g; Węglowodany ogółem: 344.57 g; W tym cukry: 91.17 g; Błonnik pok.: 24.10 g; Sól: 8.13 g; WW: 32.16 Por; : 17.42 %; : 58.16 %; Ener. z T: 26.46 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 4319.89 mg;	Wartość energetyczna: 2297.36 kcal; Białko ogółem: 97.02 g; Tłuszcz: 66.76 g; Kw. tł. nasy.: 29.78 g; Węglowodany ogółem: 336.72 g; W tym cukry: 67.43 g; Błonnik pok.: 25.32 g; Sól: 6.72 g; WW: 31.26 Por; : 16.89 %; : 58.63 %; Ener. z T: 26.16 %; Ener. z Bł.: 2.20 %; K: 3712.17 mg;	Wartość energetyczna: 1993.84 kcal; Białko ogółem: 88.22 g; Tłuszcz: 51.96 g; Kw. tł. nasy.: 18.49 g; Węglowodany ogółem: 304.97 g; W tym cukry: 61.01 g; Błonnik pok.: 26.36 g; Sól: 7.10 g; WW: 27.96 Por; : 17.70 %; : 61.18 %; Ener. z T: 23.45 %; Ener. z Bł.: 2.64 %; K: 3705.35 mg;	Wartość energetyczna: 2056.09 kcal; Białko ogółem: 90.22 g; Tłuszcz: 60.25 g; Kw. tł. nasy.: 24.95 g; Węglowodany ogółem: 303.22 g; W tym cukry: 69.72 g; Błonnik pok.: 28.67 g; Sól: 9.57 g; WW: 27.64 Por; : 17.55 %; : 58.99 %; Ener. z T: 26.37 %; Ener. z Bł.: 2.79 %; K: 4063.10 mg;	Wartość energetyczna: 1970.30 kcal; Białko ogółem: 87.59 g; Tłuszcz: 57.85 g; Kw. tł. nasy.: 19.68 g; Węglowodany ogółem: 290.70 g; W tym cukry: 61.18 g; Błonnik pok.: 28.67 g; Sól: 9.66 g; WW: 26.31 Por; : 17.78 %; : 59.02 %; Ener. z T: 26.42 %; Ener. z Bł.: 2.91 %; K: 3879.85 mg;

Jadłospisy z 47. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 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
2024-11-20 środa Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) 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> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g ( <b>SOJ, MLE.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE.</b> ) 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 Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g ( <b>SOJ, MLE.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 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> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g ( <b>SOJ, MLE.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 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> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Mus z jabłek prażonych 150 g Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 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 Sopocka wieprzowa, wędzona 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-pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 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> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona 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> )
II ŚN				Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 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 47. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 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
2024-11-20 środa	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej (*) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR,</u> ) Kasza bulgur 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Pulpet wieprzowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ,</u> ) Pulpet wieprzowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Kasza bulgur 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Pulpet wieprzowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) 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 ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ,</u> ) Pulpet wieprzowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ,</u> ) Pulpet wieprzowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ,</u> ) Pulpet wieprzowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ,</u> ) Pulpet wieprzowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ,</u> ) Pulpet wieprzowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	PD	Jogurt typu islandzkiego różne smaki Skyr 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE,</u> )	Jogurt typu islandzkiego różne smaki Skyr 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Jogurt typu islandzkiego różne smaki Skyr 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	
	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> ) Paprykarz szczeciński 60 g ( <u>RYB, SOJ,</u> ) Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 60 g ( <u>RYB, SEL,</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 ZYT,</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE,</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ,</u> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 60 g ( <u>RYB, SEL,</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 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> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Paprykarz szczeciński 60 g ( <u>RYB, SOJ,</u> ) Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE,</u> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 60 g ( <u>RYB, SEL,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE,</u> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 60 g ( <u>RYB, SEL,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ,</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> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 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> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g
PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				

Jadłospisy z 47. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 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
2024-11-20 środa	Wartość energetyczna: 2438.23 kcal; Białko ogółem: 96.32 g; Tłuszcz: 93.71 g; Kw. tł. nasy.: 38.37 g; Węglowodany ogółem: 307.90 g; W tym cukry: 71.27 g; Błonnik pok.: 24.74 g; Sól: 10.44 g; WW: 28.33 Por; : 15.80 %; : 50.51 %; Ener. z T: 34.59 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 3079.03 mg;	Wartość energetyczna: 2311.80 kcal; Białko ogółem: 100.39 g; Tłuszcz: 66.37 g; Kw. tł. nasy.: 28.09 g; Węglowodany ogółem: 338.74 g; W tym cukry: 74.39 g; Błonnik pok.: 26.31 g; Sól: 6.15 g; WW: 31.37 Por; : 17.37 %; : 58.61 %; Ener. z T: 25.84 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 3626.48 mg;	Wartość energetyczna: 2513.53 kcal; Białko ogółem: 117.42 g; Tłuszcz: 80.67 g; Kw. tł. nasy.: 32.60 g; Węglowodany ogółem: 342.46 g; W tym cukry: 66.78 g; Błonnik pok.: 31.47 g; Sól: 8.26 g; WW: 31.17 Por; : 18.69 %; : 54.50 %; Ener. z T: 28.88 %; Ener. z Bł.: 2.50 %; K: 3843.48 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: 2620.80 kcal; Białko ogółem: 103.29 g; Tłuszcz: 78.94 g; Kw. tł. nasy.: 33.84 g; Węglowodany ogółem: 389.80 g; W tym cukry: 120.10 g; Błonnik pok.: 22.97 g; Sól: 6.02 g; WW: 36.69 Por; : 15.76 %; : 59.49 %; Ener. z T: 27.11 %; Ener. z Bł.: 1.75 %; K: 3761.39 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: 2283.16 kcal; Białko ogółem: 100.12 g; Tłuszcz: 68.20 g; Kw. tł. nasy.: 26.58 g; Węglowodany ogółem: 327.22 g; W tym cukry: 72.53 g; Błonnik pok.: 24.97 g; Sól: 7.44 g; WW: 30.37 Por; : 17.54 %; : 57.33 %; Ener. z T: 26.88 %; Ener. z Bł.: 2.19 %; K: 3475.86 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;



Jadłospisy z 47. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 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
2024-11-21 czwartek 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> ) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 100 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 30 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata miętowa 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 drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 30 g ( <u>MLE.</u> ) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> )	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 drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Kurczak gotowany-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod.białka, w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 30 g ( <u>MLE.</u> ) 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> ) Kurczak gotowany-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod.białka, w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 30 g ( <u>MLE.</u> ) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> )	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 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Dżem 30 g	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 drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 30 g ( <u>MLE.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) 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 ( <u>GLU PSZ.</u> ) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ.</u> )
II ŚN				Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 30 g ( <u>MLE.</u> )					

Jadłospisy z 47. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 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
2024-11-21 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 top* 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 top - 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 pełnoziarnisty 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos boloński z mięsa wieprz top* 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 top - 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 top - 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. MLE. SEL.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos boloński z mięsa wieprz top - dieta* 100 g ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos boloński z mięsa wieprz top - dieta* 100 g ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g ( <b>SEL.</b> )	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) () 400 ml ( <b>GLU PSZ. SEL. MLE. SEL.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos boloński z mięsa wieprz top - dieta* 100 g ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Herbata ekspresowa gotowanych królewski* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
		Banan 1szt. 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <b>SOJ.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <b>SOJ.</b> )		Banan 1szt. 1 szt	Mus z jabłek prażonych 150 g	Banan 1szt. 1 szt	
PD									

Jadłospisy z 47. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 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	
2024-11-21 czwartek	Kolacja	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasztet 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-pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka piastowska-wędzonna ka wieprzowa, wędzonna ,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-pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Szynka piastowska-wędzonna ka wieprzowa, wędzonna ,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-pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasztet 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 mieszaný pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka piastowska-wędzonna ka wieprzowa, wędzonna ,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 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka piastowska-wędzonna ka wieprzowa, wędzonna ,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 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	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka piastowska-wędzonna ka wieprzowa, wędzonna ,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> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt					Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2245.03 kcal; Białko ogółem: 76.29 g; Tłuszcz: 68.28 g; Kw. tł. nasy.: 30.97 g; Węglowodany ogółem: 341.72 g; W tym cukry: 86.61 g; Błonnik pok.: 31.71 g; Sól: 8.12 g; WW: 31.24 Por; : 13.59 %; : 60.89 %; Ener. z T: 27.37 %; Ener. z Bł.: 2.82 %; K: 3516.54 mg;	Wartość energetyczna: 2103.31 kcal; Białko ogółem: 80.02 g; Tłuszcz: 53.00 g; Kw. tł. nasy.: 24.50 g; Węglowodany ogółem: 335.81 g; W tym cukry: 84.74 g; Błonnik pok.: 23.33 g; Sól: 8.93 g; WW: 31.49 Por; : 15.22 %; : 63.86 %; Ener. z T: 22.68 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 3350.57 mg;	Wartość energetyczna: 2272.97 kcal; Białko ogółem: 103.36 g; Tłuszcz: 67.99 g; Kw. tł. nasy.: 30.47 g; Węglowodany ogółem: 322.80 g; W tym cukry: 49.59 g; Błonnik pok.: 27.66 g; Sól: 11.34 g; WW: 29.73 Por; : 18.19 %; : 56.81 %; Ener. z T: 26.92 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 3043.00 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: 2267.34 kcal; Białko ogółem: 89.11 g; Tłuszcz: 60.21 g; Kw. tł. nasy.: 27.24 g; Węglowodany ogółem: 348.26 g; W tym cukry: 81.93 g; Błonnik pok.: 17.47 g; Sól: 7.94 g; WW: 33.21 Por; : 15.72 %; : 61.44 %; Ener. z T: 23.90 %; Ener. z Bł.: 1.54 %; K: 2800.88 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: 1960.78 kcal; Białko ogółem: 74.20 g; Tłuszcz: 49.31 g; Kw. tł. nasy.: 16.69 g; Węglowodany ogółem: 323.40 g; W tym cukry: 87.25 g; Błonnik pok.: 26.76 g; Sól: 9.13 g; WW: 29.68 Por; : 15.14 %; : 65.97 %; Ener. z T: 22.63 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 2978.97 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;	

Jadłospisy z 47. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 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	
2024-11-22 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-pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Przysmak śliwkowy do smarowania 25g 1 szt Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25 g 1 szt 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-pszenno-żytni 70 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, parzonyw osłonce niejadalnej 20 g ( <b>SOJ.</b> ) Jabłko 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> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 60 g Jabłko pieczone 150 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 60 g Jabłko pieczone 150 g	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 2 szt 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-pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g 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
		II ŚN			Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )					
2024-11-22 piątek	Obiad	Krupnik jęczmienny * 400 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g ( <b>MLE.</b> ) Łosoś pieczony 80g 80 g ( <b>RYB.</b> ) Warzywa po grecku* 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 100 g ( <b>MLE.</b> ) Łosoś pieczony 80g 80 g ( <b>RYB.</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem ( ) 100 g Warzywa po grecku* 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g ( <b>MLE.</b> ) Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <b>RYB.</b> ) Warzywa po grecku* 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g ( <b>MLE.</b> ) Łosoś pieczony 80g 80 g ( <b>RYB.</b> ) Warzywa po grecku* 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g ( <b>MLE.</b> ) Łosoś pieczony 80g 80 g ( <b>RYB.</b> ) Warzywa po grecku* 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g ( <b>RYB.</b> ) Warzywa po grecku* 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g ( <b>RYB.</b> ) Warzywa po grecku* 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g ( <b>RYB.</b> ) Warzywa po grecku* 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g ( <b>RYB.</b> ) Warzywa po grecku* 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml

Jadłospisy z 47. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 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	
2024-11-22 piątek	PD Kolacja	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 20 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )				Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <b>SOJ.</b> )	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <b>SOJ.</b> )
		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g ( <b>JAJ, MLE.</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 ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g ( <b>JAJ, MLE.</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 ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Szynka Konsjerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ.</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 ŻYT.</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g ( <b>JAJ, MLE.</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 ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g ( <b>JAJ, MLE.</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> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka Konsjerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konsjerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Szynka Konsjerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <b>SOJ.</b> )
		Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>MLE.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE.</b> )			Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ.</b> )

Jadłospisy z 47. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 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
2024-11-22 piątek	Wartość energetyczna: 2481.26 kcal; Białko ogółem: 88.68 g; Tłuszcz: 88.18 g; Kw. tł. nasy.: 37.74 g; Węglowodany ogółem: 346.31 g; W tym cukry: 92.55 g; Błonnik pok.: 29.94 g; Sól: 8.07 g; WW: 31.59 Por; : 14.30 %; : 55.83 %; Ener. z T: 31.99 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 3720.94 mg;	Wartość energetyczna: 2340.64 kcal; Białko ogółem: 86.03 g; Tłuszcz: 77.09 g; Kw. tł. nasy.: 31.40 g; Węglowodany ogółem: 340.52 g; W tym cukry: 104.56 g; Błonnik pok.: 28.94 g; Sól: 6.68 g; WW: 31.23 Por; : 14.70 %; : 58.19 %; Ener. z T: 29.64 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 3964.08 mg;	Wartość energetyczna: 2669.47 kcal; Białko ogółem: 112.07 g; Tłuszcz: 95.75 g; Kw. tł. nasy.: 38.83 g; Węglowodany ogółem: 358.44 g; W tym cukry: 78.40 g; Błonnik pok.: 36.96 g; Sól: 11.25 g; WW: 32.20 Por; : 16.79 %; : 53.71 %; Ener. z T: 32.28 %; Ener. z Bł.: 2.77 %; K: 4393.08 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: 2318.08 kcal; Białko ogółem: 86.22 g; Tłuszcz: 62.72 g; Kw. tł. nasy.: 27.23 g; Węglowodany ogółem: 364.43 g; W tym cukry: 107.13 g; Błonnik pok.: 25.67 g; Sól: 7.64 g; WW: 33.85 Por; : 14.88 %; : 62.89 %; Ener. z T: 24.35 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 3660.28 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: 2248.58 kcal; Białko ogółem: 81.92 g; Tłuszcz: 68.00 g; Kw. tł. nasy.: 24.76 g; Węglowodany ogółem: 342.54 g; W tym cukry: 102.92 g; Błonnik pok.: 28.92 g; Sól: 8.63 g; WW: 31.47 Por; : 14.57 %; : 60.93 %; Ener. z T: 27.22 %; Ener. z Bł.: 2.57 %; K: 3816.40 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;
2024-11-23 sobota	Śniadanie Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE,</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ,</b> ) Sałata zielona 20 g Banan 150 g Gruszka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ,</b> ) Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml ( <b>MLE,</b> )	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE,</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ,</b> ) Sałata zielona 20 g Banan 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ,</b> ) Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml ( <b>MLE,</b> )	Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE,</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ,</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>MLE,</b> ) Sałata zielona 20 g Banan 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ,</b> ) Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml ( <b>MLE,</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenno 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Mięso tłuszczone do smarowania 75% 10 g ( <b>MLE,</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ,</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE,</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ,</b> ) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE,</b> ) Schab Maryny-wędziona 50 g ( <b>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</b> ) Sałata zielona 20 g Banan 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ,</b> ) Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml ( <b>MLE,</b> )	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ,</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 150 g Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 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> ) Banan 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ,</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 150 g
II ŚN				Gruszka 150 g					

Jadłospisy z 47. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 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	
2024-11-23 sobota	Obiad	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g ( <b>SEL.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka z marchwi z olejem () 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko (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	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane () 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
	PD	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> )
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) 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> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 80 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Twarożek z natką pietruszki 60 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 80 g 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> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Marchew gotowana z olejem* 80 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 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 kielbasa 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> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 80 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> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 80 g 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 47. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 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
2024-11-23 sobota	Wartość energetyczna: 2480.11 kcal; Białko ogółem: 90.82 g; Tłuszcz: 79.14 g; Kw. tł. nasy.: 30.94 g; Węglowodany ogółem: 365.93 g; W tym cukry: 109.45 g; Błonnik pok.: 31.49 g; Sól: 10.24 g; WW: 33.44 Por.; : 14.65 %; : 59.02 %; Ener. z T: 28.72 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 3407.71 mg;	Wartość energetyczna: 2446.79 kcal; Białko ogółem: 109.48 g; Tłuszcz: 62.41 g; Kw. tł. nasy.: 29.79 g; Węglowodany ogółem: 376.31 g; W tym cukry: 128.94 g; Błonnik pok.: 26.65 g; Sól: 8.90 g; WW: 35.01 Por.; : 17.90 %; : 61.52 %; Ener. z T: 22.96 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 4264.48 mg;	Wartość energetyczna: 2771.30 kcal; Białko ogółem: 137.07 g; Tłuszcz: 78.00 g; Kw. tł. nasy.: 38.24 g; Węglowodany ogółem: 398.55 g; W tym cukry: 133.07 g; Błonnik pok.: 33.40 g; Sól: 9.80 g; WW: 36.60 Por.; : 19.78 %; : 57.52 %; Ener. z T: 25.33 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 4391.74 mg;	Wartość energetyczna: 1755.40 kcal; Białko ogółem: 90.25 g; Tłuszcz: 54.96 g; Kw. tł. nasy.: 18.00 g; Węglowodany ogółem: 241.97 g; W tym cukry: 55.35 g; Błonnik pok.: 36.14 g; Sól: 10.30 g; WW: 20.47 Por.; : 20.56 %; : 55.14 %; Ener. z T: 28.18 %; Ener. z Bł.: 4.12 %; K: 3391.74 mg;	Wartość energetyczna: 2340.85 kcal; Białko ogółem: 89.42 g; Tłuszcz: 62.91 g; Kw. tł. nasy.: 27.92 g; Węglowodany ogółem: 366.13 g; W tym cukry: 99.99 g; Błonnik pok.: 23.25 g; Sól: 7.48 g; WW: 34.39 Por.; : 15.28 %; : 62.56 %; Ener. z T: 24.19 %; Ener. z Bł.: 1.99 %; K: 3565.34 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: 122.49 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: 2252.41 kcal; Białko ogółem: 105.20 g; Tłuszcz: 52.96 g; Kw. tł. nasy.: 23.67 g; Węglowodany ogółem: 353.90 g; W tym cukry: 112.58 g; Błonnik pok.: 27.66 g; Sól: 8.75 g; WW: 32.67 Por.; : 18.68 %; : 62.85 %; Ener. z T: 21.16 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 4294.47 mg;	Wartość energetyczna: 2097.81 kcal; Białko ogółem: 78.77 g; Tłuszcz: 47.36 g; Kw. tł. nasy.: 15.94 g; Węglowodany ogółem: 354.83 g; W tym cukry: 118.51 g; Błonnik pok.: 28.29 g; Sól: 7.25 g; WW: 32.72 Por.; : 15.02 %; : 67.66 %; Ener. z T: 20.32 %; Ener. z Bł.: 2.70 %; K: 4079.87 mg;
2024-11-24 niedziela Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</u> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> ) 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> )	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</u> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> ) 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> )	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> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</u> ) Ser mozzarella kulki 50 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> ) 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 Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</u> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 100 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza jęczmienna 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> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</u> ) 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> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</u> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 0,5 szt ( <u>JAJ.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Jajko gotowane kl M 0,5 szt ( <u>JAJ.</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> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</u> ) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> ) Wafle ryżowe 30 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%) Szynka z indykami prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Jajko gotowane kl M 0,5 szt ( <u>JAJ.</u> )



Jadłospisy z 47. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 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
2024-11-24 niedziela	II ŚN								
	<p>Pomidorowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml</p>								
	<p>Pomidorowa z zacierką * 400 ml (<u>PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)</p>								
PD	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> )								
	<p>Pomidorowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 100 g (<u>MLE.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)</p>								
	<p>Pomidorowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml</p>								
<p>Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)</p>									
<p>Pomidorowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)</p>									
<p>Pomidorowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)</p>									
<p>Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)</p>									
<p>Pomidorowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)</p>									
<p>Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml</p>									
<p>Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)</p>									
<p>Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml</p>									

Jadłospisy z 47. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 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	
2024-11-24 niedziela	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 150 g Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Twarożek 60 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Mięso tłuszczy do smarowania 75% 10g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g ( <b>MLE.</b> ) Mus z jabłek prażonych 80 g	Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 150 g Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Jabłko 150 g Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g ( <b>MLE.</b> ) Mus z jabłek prażonych 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> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Jabłko 150 g Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2471.75 kcal; Białko ogółem: 88.03 g; Tłuszcz: 92.75 g; Kw. tł. nasy.: 36.66 g; Węglowodany ogółem: 332.95 g; W tym cukry: 79.62 g; Błonnik pok.: 29.60 g; Sól: 6.52 g; WW: 30.38 Por; : 14.25 %; : 53.88 %; Ener. z T: 33.77 %; Ener. z Bł.: 2.40 %; K: 4114.00 mg;	Wartość energetyczna: 2441.57 kcal; Białko ogółem: 102.62 g; Tłuszcz: 81.83 g; Kw. tł. nasy.: 36.53 g; Węglowodany ogółem: 336.93 g; W tym cukry: 83.18 g; Błonnik pok.: 29.23 g; Sól: 6.25 g; WW: 30.81 Por; : 16.81 %; : 55.20 %; Ener. z T: 30.17 %; Ener. z Bł.: 2.39 %; K: 4536.82 mg;	Wartość energetyczna: 2649.79 kcal; Białko ogółem: 116.54 g; Tłuszcz: 92.46 g; Kw. tł. nasy.: 41.72 g; Węglowodany ogółem: 353.86 g; W tym cukry: 84.31 g; Błonnik pok.: 34.39 g; Sól: 8.92 g; WW: 32.03 Por; : 17.59 %; : 53.42 %; Ener. z T: 31.40 %; Ener. z Bł.: 2.60 %; K: 4687.32 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: 2449.18 kcal; Białko ogółem: 104.75 g; Tłuszcz: 73.08 g; Kw. tł. nasy.: 33.99 g; Węglowodany ogółem: 354.89 g; W tym cukry: 107.37 g; Błonnik pok.: 20.07 g; Sól: 6.34 g; WW: 33.52 Por; : 17.11 %; : 57.96 %; Ener. z T: 26.86 %; Ener. z Bł.: 1.64 %; K: 4164.12 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: 2305.31 kcal; Białko ogółem: 95.83 g; Tłuszcz: 63.62 g; Kw. tł. nasy.: 24.11 g; Węglowodany ogółem: 353.45 g; W tym cukry: 99.68 g; Błonnik pok.: 26.32 g; Sól: 5.96 g; WW: 32.70 Por; : 16.63 %; : 61.33 %; Ener. z T: 24.84 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 4160.07 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;

## **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 JĘCZ - 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,