

Jadłospisy z 45. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-04 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Bezmleczna
2024-11-04 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko 150 g	Jogurt naturalny 150g, 1 szt (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Ser żółty 60 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Jabłko 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Marchew gotowana z olejem* 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka piastowska-wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Jabłko 150 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) 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 Jabłko 150 g
	II ŚN			Jabłko 1 szt 1 szt							

Jadłospisy z 45. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-04 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Bezglutenowa	STAR- Nisko tłuszczowa	STAR- Bezmleczna
2024-11-04 poniedziałek	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR,) Ryż z jabłkami. 300 g Sos jogurtowo-truska wkowy* 100 g (MLE,) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż z jabłkami. 300 g Sos jogurtowo-truska wkowy* 100 g (MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż z jabłkami. 400 g Sos jogurtowo-truska wkowy* 150 g (MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko (brązowy) 100 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż z jabłkami. 300 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * (bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Ryż na sypko 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL,) Ryż z jabłkami. 300 g Sos jogurtowo-truska wkowy* 100 g (MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż z jabłkami. 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Ryż na sypko 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	PD	Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (MLE,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ,)		Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (MLE,)	Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ,) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ,)	Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (MLE,)	Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ,) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ,)	

Jadłospisy z 45. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-04 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Bezglutenowa	STAR- Nisko tłuszczowa	STAR- Bezmleczna
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ZYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLUPSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE,) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLUPSZ, GLU ZYT,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLUPSZ,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE,) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLUPSZ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLUPSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 60 g (SOJ,) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE,) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLUPSZ, GLU ZYT,) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE,) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE,) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLUPSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLUPSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE,) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLUPSZ,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE,) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLUPSZ,) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ,) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE,) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE,) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLUPSZ, GLU ZYT,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLUPSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE,) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLUPSZ,) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 60 g (SOJ,) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt				Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt					
	Wartość energetyczna: 1958.11 kcal; Białko ogółem: 56.58 g; Tłuszcz: 51.32 g; Kw. tł. nasy.: 25.23 g; Węglowodany ogółem: 332.31 g; W tym cukry: 100.30 g; Błonnik pok.: 26.72 g; Sól: 5.97 g; WW: 30.70 Por; : 11.56 %; : 67.88 %; Ener. z T: 23.59 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 2741.33 mg;	Wartość energetyczna: 1886.80 kcal; Białko ogółem: 40.76 g; Tłuszcz: 55.41 g; Kw. tł. nasy.: 21.55 g; Węglowodany ogółem: 339.35 g; W tym cukry: 95.18 g; Błonnik pok.: 25.01 g; Sól: 4.74 g; WW: 31.58 Por; : 11.75 %; : 71.94 %; Ener. z T: 19.44 %; Ener. z Bł.: 2.65 %; K: 2634.82 mg;	Wartość energetyczna: 2532.04 kcal; Białko ogółem: 93.20 g; Tłuszcz: 72.73 g; Kw. tł. nasy.: 40.28 g; Węglowodany ogółem: 396.87 g; W tym cukry: 94.54 g; Błonnik pok.: 34.48 g; Sól: 8.53 g; WW: 36.40 Por; : 14.72 %; : 62.70 %; Ener. z T: 25.85 %; Ener. z Bł.: 2.72 %; K: 3305.71 mg;	Wartość energetyczna: 1671.71 kcal; Białko ogółem: 73.02 g; Tłuszcz: 58.16 g; Kw. tł. nasy.: 15.10 g; Węglowodany ogółem: 232.32 g; W tym cukry: 52.26 g; Błonnik pok.: 36.18 g; Sól: 5.69 g; WW: 19.68 Por; : 17.47 %; : 55.59 %; Ener. z T: 31.31 %; Ener. z Bł.: 4.33 %; K: 3522.10 mg;	Wartość energetyczna: 2159.74 kcal; Białko ogółem: 70.83 g; Tłuszcz: 51.26 g; Kw. tł. nasy.: 26.19 g; Węglowodany ogółem: 365.57 g; W tym cukry: 91.47 g; Błonnik pok.: 21.11 g; Sól: 5.56 g; WW: 34.59 Por; : 13.12 %; : 67.71 %; Ener. z T: 21.36 %; Ener. z Bł.: 1.95 %; K: 2528.51 mg;	Wartość energetyczna: 1929.66 kcal; Białko ogółem: 61.65 g; Tłuszcz: 42.92 g; Kw. tł. nasy.: 23.77 g; Węglowodany ogółem: 334.48 g; W tym cukry: 102.16 g; Błonnik pok.: 19.85 g; Sól: 4.49 g; WW: 31.62 Por; : 12.78 %; : 69.34 %; Ener. z T: 20.02 %; Ener. z Bł.: 2.06 %; K: 2695.69 mg;	Wartość energetyczna: 1931.13 kcal; Białko ogółem: 80.00 g; Tłuszcz: 52.98 g; Kw. tł. nasy.: 15.83 g; Węglowodany ogółem: 297.31 g; W tym cukry: 75.10 g; Błonnik pok.: 22.36 g; Sól: 6.33 g; WW: 27.56 Por; : 16.57 %; : 61.58 %; Ener. z T: 24.69 %; Ener. z Bł.: 2.32 %; K: 3060.25 mg;	Wartość energetyczna: 1902.31 kcal; Białko ogółem: 45.39 g; Tłuszcz: 47.28 g; Kw. tł. nasy.: 21.45 g; Węglowodany ogółem: 330.70 g; W tym cukry: 93.95 g; Błonnik pok.: 17.64 g; Sól: 2.74 g; WW: 31.40 Por; : 9.54 %; : 69.54 %; Ener. z T: 22.37 %; Ener. z Bł.: 1.85 %; K: 2364.62 mg;	Wartość energetyczna: 1827.59 kcal; Białko ogółem: 56.44 g; Tłuszcz: 34.66 g; Kw. tł. nasy.: 17.53 g; Węglowodany ogółem: 336.93 g; W tym cukry: 92.70 g; Błonnik pok.: 24.47 g; Sól: 4.79 g; WW: 31.39 Por; : 12.35 %; : 73.74 %; Ener. z T: 17.07 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 2654.29 mg;	Wartość energetyczna: 1837.67 kcal; Białko ogółem: 75.09 g; Tłuszcz: 53.22 g; Kw. tł. nasy.: 16.43 g; Węglowodany ogółem: 277.60 g; W tym cukry: 74.44 g; Błonnik pok.: 21.64 g; Sól: 6.26 g; WW: 25.67 Por; : 16.34 %; : 60.43 %; Ener. z T: 26.06 %; Ener. z Bł.: 2.35 %; K: 2999.58 mg;

Jadłospisy z 45. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-04 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Bezglutenowa	STAR- Nisko tłuszczowa	STAR- Bezmleczna
2024-11-05 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Schab Maryny-wędzónka wieprzowa, wędzónka na, parzona z wodą dodaną. 60 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenno 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Schab Maryny-wędzónka wieprzowa, wędzónka na, parzona z wodą dodaną. 60 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 30 g (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenno 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE.) Schab Maryny-wędzónka wieprzowa, wędzónka na, parzona z wodą dodaną. 60 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Schab Maryny-wędzónka wieprzowa, wędzónka na, parzona z wodą dodaną. 60 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Schab Maryny-wędzónka wieprzowa, wędzónka na, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynka zielonogórska-wp. parzona 60 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka zielonogórska-wp. parzona 60 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab Maryny-wędzónka wieprzowa, wędzónka na, parzona z wodą dodaną. 60 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynka zielonogórska-wp. parzona 60 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
		II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenno 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (SOJ.)					

Jadłospisy z 45. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-04 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Bezmleczna	
2024-11-05 wtorek	Obiad	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza gryczana 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (MLE.) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza gryczana 100 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (MLE.) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (JAJ.) Sos ziołowy* (bez glutenu) 50 ml (SEL.) Szpinak gotowany z olejem (bez glutenu) - dieta* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
		PD	Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.)				Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.)	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.)	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	
		Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami** 60 g (RYB, SEL.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 60 g (RYB, SEL.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twarożek 60 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 60 g (RYB, SEL.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE.) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 60 g (RYB, SEL.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 60 g (RYB, SEL.) Pasta warzywna* 80 g (SEL.)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 60 g (RYB, SEL.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 60 g (RYB, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 60 g (RYB, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 60 g (RYB, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g

Jadłospisy z 45. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-04 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Bezmleczna
PN	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt					Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt				
2024-11-05 wtorek	Wartość energetyczna: 2610.14 kcal; Białko ogółem: 123.95 g; Tłuszcz: 83.79 g; Kw. tł. nasy.: 33.96 g; Węglowodany ogółem: 353.81 g; W tym cukry: 82.01 g; Błonnik pok.: 33.04 g; Sól: 13.49 g; WW: 32.05 Por; : 19.00 %; : 54.22 %; Ener. z T: 28.89 %; Ener. z Bł.: 2.53 %; K: 3522.60 mg;	Wartość energetyczna: 2336.34 kcal; Białko ogółem: 114.18 g; Tłuszcz: 65.12 g; Kw. tł. nasy.: 29.16 g; Węglowodany ogółem: 334.13 g; W tym cukry: 81.43 g; Błonnik pok.: 26.80 g; Sól: 10.38 g; WW: 30.86 Por; : 19.55 %; : 57.21 %; Ener. z T: 25.09 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 3561.38 mg;	Wartość energetyczna: 2873.97 kcal; Białko ogółem: 154.35 g; Tłuszcz: 87.33 g; Kw. tł. nasy.: 42.97 g; Węglowodany ogółem: 382.44 g; W tym cukry: 91.54 g; Błonnik pok.: 34.84 g; Sól: 9.90 g; WW: 34.96 Por; : 21.48 %; : 53.23 %; Ener. z T: 27.35 %; Ener. z Bł.: 2.42 %; K: 4197.83 mg;	Wartość energetyczna: 1994.56 kcal; Białko ogółem: 102.82 g; Tłuszcz: 67.38 g; Kw. tł. nasy.: 23.12 g; Węglowodany ogółem: 257.71 g; W tym cukry: 47.91 g; Błonnik pok.: 32.88 g; Sól: 11.49 g; WW: 22.48 Por; : 20.62 %; : 51.68 %; Ener. z T: 30.40 %; Ener. z Bł.: 3.30 %; K: 3337.19 mg;	Wartość energetyczna: 2383.09 kcal; Białko ogółem: 101.35 g; Tłuszcz: 70.75 g; Kw. tł. nasy.: 28.95 g; Węglowodany ogółem: 347.43 g; W tym cukry: 69.44 g; Błonnik pok.: 26.73 g; Sól: 7.61 g; WW: 32.15 Por; : 17.01 %; : 58.32 %; Ener. z T: 26.72 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 3670.40 mg;	Wartość energetyczna: 2347.98 kcal; Białko ogółem: 110.33 g; Tłuszcz: 62.99 g; Kw. tł. nasy.: 28.56 g; Węglowodany ogółem: 341.04 g; W tym cukry: 108.04 g; Błonnik pok.: 24.94 g; Sól: 7.66 g; WW: 31.78 Por; : 18.80 %; : 58.10 %; Ener. z T: 24.15 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 3410.88 mg;	Wartość energetyczna: 2095.32 kcal; Białko ogółem: 79.37 g; Tłuszcz: 46.87 g; Kw. tł. nasy.: 15.43 g; Węglowodany ogółem: 344.46 g; W tym cukry: 119.90 g; Błonnik pok.: 24.94 g; Sól: 5.27 g; WW: 32.17 Por; : 15.15 %; : 65.76 %; Ener. z T: 20.13 %; Ener. z Bł.: 2.38 %; K: 3194.28 mg;	Wartość energetyczna: 2192.04 kcal; Białko ogółem: 87.14 g; Tłuszcz: 66.78 g; Kw. tł. nasy.: 25.85 g; Węglowodany ogółem: 312.38 g; W tym cukry: 70.18 g; Błonnik pok.: 13.46 g; Sól: 6.90 g; WW: 29.99 Por; : 15.90 %; : 57.00 %; Ener. z T: 27.42 %; Ener. z Bł.: 1.23 %; K: 2727.95 mg;	Wartość energetyczna: 2276.50 kcal; Białko ogółem: 114.13 g; Tłuszcz: 58.52 g; Kw. tł. nasy.: 24.78 g; Węglowodany ogółem: 334.07 g; W tym cukry: 81.38 g; Błonnik pok.: 26.80 g; Sól: 10.38 g; WW: 30.85 Por; : 20.05 %; : 58.70 %; Ener. z T: 23.14 %; Ener. z Bł.: 2.35 %; K: 3559.38 mg;	Wartość energetyczna: 1999.64 kcal; Białko ogółem: 80.68 g; Tłuszcz: 48.07 g; Kw. tł. nasy.: 15.79 g; Węglowodany ogółem: 319.69 g; W tym cukry: 92.68 g; Błonnik pok.: 23.86 g; Sól: 7.44 g; WW: 29.76 Por; : 16.14 %; : 63.95 %; Ener. z T: 21.64 %; Ener. z Bł.: 2.39 %; K: 3247.13 mg;
2024-11-06 środa	Śniadanie Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Banan 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Banan 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Banan 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryz na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Mus z jabłek prażonych 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Banan 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Banan 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Banan 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g

Jadłospisy z 45. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-04 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Bezglutenowa	STAR- Nisko tłuszczowa	STAR- Bezmleczna
II ŚN				Jabłko 150 g						
2024-11-06 środa Obiad	Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (MLE,) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g (GLU PSZ, SEL,) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (GLU PSZ,) Sos bazyliowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Dyńia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (MLE,) Sos bazyliowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Dyńia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 100 g (MLE,) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos bazyliowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Dyńia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (MLE,) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos bazyliowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Dyńia duszona z olejem* 150 g (GLU PSZ,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (MLE,) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos bazyliowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Dyńia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (MLE,) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos bazyliowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Dyńia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (MLE,) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos bazyliowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Dyńia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos bazyliowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Dyńia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml		
PD	Jogurt typu islandzkiego różne smaki Skyr 150g 1 szt (MLE,)		Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE,)			Jogurt typu islandzkiego różne smaki Skyr 150g 1 szt (MLE,)	Banan 150 g	Jogurt typu islandzkiego różne smaki Skyr 150g 1 szt (MLE,)		Jabłko 150 g

Jadłospisy z 45. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-04 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Bezglutenowa	STAR- Nisko tłuszczowa	STAR- Bezmleczna
2024-11-06 środa Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE.) Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa kief.wp.gr.rozd.wę dz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Konszerwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Konszerwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynka Konszerwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Wafle ryżowe 30 g			Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)		Wafle ryżowe 30 g	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (SOJ.)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Wafle ryżowe 30 g

Jadłospisy z 45. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-04 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskołuszczowa	STAR- Bezmleczna
2024-11-06 środa	Wartość energetyczna: 2308.25 kcal; Białko ogółem: 99.20 g; Tłuszcz: 70.91 g; Kw. tł. nasy.: 31.30 g; Węglowodany ogółem: 327.59 g; W tym cukry: 93.70 g; Błonnik pok.: 25.93 g; Sól: 8.05 g; WW: 30.25 Por; : 17.19 %; : 56.77 %; Ener. z T: 27.65 %; Ener. z Bł.: 2.25 %; K: 3941.99 mg;	Wartość energetyczna: 2387.68 kcal; Białko ogółem: 104.58 g; Tłuszcz: 67.50 g; Kw. tł. nasy.: 31.13 g; Węglowodany ogółem: 348.66 g; W tym cukry: 98.29 g; Błonnik pok.: 27.14 g; Sól: 6.37 g; WW: 32.23 Por; : 17.52 %; : 58.41 %; Ener. z T: 25.44 %; Ener. z Bł.: 2.27 %; K: 4289.19 mg;	Wartość energetyczna: 2511.16 kcal; Białko ogółem: 120.90 g; Tłuszcz: 73.69 g; Kw. tł. nasy.: 32.95 g; Węglowodany ogółem: 351.81 g; W tym cukry: 90.93 g; Błonnik pok.: 32.30 g; Sól: 7.78 g; WW: 31.93 Por; : 19.26 %; : 56.04 %; Ener. z T: 26.41 %; Ener. z Bł.: 2.57 %; K: 4506.19 mg;	Wartość energetyczna: 1586.85 kcal; Białko ogółem: 85.48 g; Tłuszcz: 50.44 g; Kw. tł. nasy.: 16.47 g; Węglowodany ogółem: 207.93 g; W tym cukry: 52.29 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 6.27 g; WW: 17.80 Por; : 21.55 %; : 52.41 %; Ener. z T: 28.61 %; Ener. z Bł.: 3.75 %; K: 3132.19 mg;	Wartość energetyczna: 2373.40 kcal; Białko ogółem: 93.58 g; Tłuszcz: 66.62 g; Kw. tł. nasy.: 31.84 g; Węglowodany ogółem: 357.77 g; W tym cukry: 113.05 g; Błonnik pok.: 17.00 g; Sól: 6.04 g; WW: 34.13 Por; : 15.77 %; : 60.30 %; Ener. z T: 25.26 %; Ener. z Bł.: 1.43 %; K: 3584.51 mg;	Wartość energetyczna: 2316.16 kcal; Białko ogółem: 102.56 g; Tłuszcz: 65.11 g; Kw. tł. nasy.: 30.39 g; Węglowodany ogółem: 335.77 g; W tym cukry: 97.58 g; Błonnik pok.: 21.98 g; Sól: 5.74 g; WW: 31.45 Por; : 17.71 %; : 57.99 %; Ener. z T: 25.30 %; Ener. z Bł.: 1.90 %; K: 4138.69 mg;	Wartość energetyczna: 1951.09 kcal; Białko ogółem: 85.84 g; Tłuszcz: 49.94 g; Kw. tł. nasy.: 16.85 g; Węglowodany ogółem: 297.24 g; W tym cukry: 81.27 g; Błonnik pok.: 22.66 g; Sól: 7.59 g; WW: 27.43 Por; : 17.60 %; : 60.94 %; Ener. z T: 23.04 %; Ener. z Bł.: 2.32 %; K: 4111.90 mg;	Wartość energetyczna: 2095.91 kcal; Białko ogółem: 74.33 g; Tłuszcz: 51.89 g; Kw. tł. nasy.: 21.57 g; Węglowodany ogółem: 332.36 g; W tym cukry: 123.22 g; Błonnik pok.: 16.15 g; Sól: 3.58 g; WW: 31.74 Por; : 14.19 %; : 63.43 %; Ener. z T: 22.28 %; Ener. z Bł.: 1.54 %; K: 3681.82 mg;	Wartość energetyczna: 2139.03 kcal; Białko ogółem: 91.71 g; Tłuszcz: 42.15 g; Kw. tł. nasy.: 17.22 g; Węglowodany ogółem: 356.18 g; W tym cukry: 112.54 g; Błonnik pok.: 25.06 g; Sól: 5.41 g; WW: 33.23 Por; : 17.15 %; : 66.61 %; Ener. z T: 17.73 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 4022.09 mg;	Wartość energetyczna: 1988.93 kcal; Białko ogółem: 77.57 g; Tłuszcz: 57.05 g; Kw. tł. nasy.: 18.78 g; Węglowodany ogółem: 299.43 g; W tym cukry: 100.96 g; Błonnik pok.: 23.90 g; Sól: 7.19 g; WW: 27.59 Por; : 15.60 %; : 60.22 %; Ener. z T: 25.81 %; Ener. z Bł.: 2.40 %; K: 4023.34 mg;

Jadłospisy z 45. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-04 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Bezmleczna
2024-11-07 czwartek Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 60 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 60 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 60 g (SOJ.) Ser żółty 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE.) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 60 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 60 g (SOJ.) Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 60 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 25 g Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 60 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 60 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (SOJ.)
II ŚN				Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.)						

Jadłospisy z 45. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-04 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Bezmleczna
2024-11-07 czwartek Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatkami 350 g (GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,) Jabłko 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron 200 g (GLU PSZ,) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL,) Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron pełnoziarnisty 100 g (GLU PSZ,) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL,) Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (SEL,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron 200 g (GLU PSZ,) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL,) Brokuł gotowany* 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron 200 g (GLU PSZ,) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL,) Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron 200 g (GLU PSZ,) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL,) Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Makaron 200 g (GLU PSZ,) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL,) Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) (*) 400 ml (MLE, SEL,) Makaron bezglutenowy 200 g Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL,) Brokuł gotowany* 150 g (SEL,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron 200 g (GLU PSZ,) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL,) Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron 200 g (GLU PSZ,) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL,) Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
PD	Banan 150 g	Jabłko 150 g	Koktajl bananowy 250 ml (MLE,)	Słupki z warzyw () 150 g				Jabłko 150 g		

Jadłospisy z 45. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-04 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Bezmleczna	
2024-11-07 czwartek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Paszтет z ciecierzycy * 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Ser mozzarella kulki 25 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Sałata zielona 20 g Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 25 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE.) Paszтет z ciecierzycy * 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Ser mozzarella kulki 25 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Pasta warzywna* 60 g (SEL.)	Sałata zielona 20 g Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa parzonego z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wę dz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt				Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt					
		Wartość energetyczna: 2441.52 kcal; Białko ogółem: 78.26 g; Tłuszcz: 82.34 g; Kw. tł. nasy.: 34.28 g; Węglowodany ogółem: 360.37 g; W tym cukry: 116.82 g; Błonnik pok.: 35.26 g; Sól: 7.28 g; WW: 32.60 Por; : 12.82 %; : 59.04 %; Ener. z T: 30.35 %; Ener. z Bł.: 2.89 %; K: 3988.11 mg;	Wartość energetyczna: 2196.73 kcal; Białko ogółem: 82.88 g; Tłuszcz: 62.47 g; Kw. tł. nasy.: 26.07 g; Węglowodany ogółem: 341.35 g; W tym cukry: 88.82 g; Błonnik pok.: 30.23 g; Sól: 7.57 g; WW: 31.05 Por; : 15.09 %; : 62.16 %; Ener. z T: 25.59 %; Ener. z Bł.: 2.75 %; K: 4044.73 mg;	Wartość energetyczna: 2931.05 kcal; Białko ogółem: 133.89 g; Tłuszcz: 107.66 g; Kw. tł. nasy.: 51.05 g; Węglowodany ogółem: 375.69 g; W tym cukry: 104.03 g; Błonnik pok.: 34.68 g; Sól: 10.60 g; WW: 34.10 Por; : 18.27 %; : 51.27 %; Ener. z T: 33.06 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 4880.83 mg;	Wartość energetyczna: 1947.38 kcal; Białko ogółem: 79.65 g; Tłuszcz: 67.22 g; Kw. tł. nasy.: 21.00 g; Węglowodany ogółem: 271.00 g; W tym cukry: 58.25 g; Błonnik pok.: 43.87 g; Sól: 6.99 g; WW: 22.71 Por; : 16.36 %; : 55.66 %; Ener. z T: 31.07 %; Ener. z Bł.: 4.51 %; K: 4400.32 mg;	Wartość energetyczna: 2400.73 kcal; Białko ogółem: 91.21 g; Tłuszcz: 68.51 g; Kw. tł. nasy.: 28.30 g; Węglowodany ogółem: 364.73 g; W tym cukry: 88.02 g; Błonnik pok.: 21.00 g; Sól: 8.00 g; WW: 34.38 Por; : 15.20 %; : 60.77 %; Ener. z T: 25.68 %; Ener. z Bł.: 1.75 %; K: 3662.29 mg;	Wartość energetyczna: 2153.43 kcal; Białko ogółem: 88.80 g; Tłuszcz: 61.16 g; Kw. tł. nasy.: 26.22 g; Węglowodany ogółem: 323.88 g; W tym cukry: 88.50 g; Błonnik pok.: 23.42 g; Sól: 6.95 g; WW: 29.93 Por; : 16.49 %; : 60.16 %; Ener. z T: 25.56 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 3852.48 mg;	Wartość energetyczna: 1989.54 kcal; Białko ogółem: 80.02 g; Tłuszcz: 52.36 g; Kw. tł. nasy.: 16.52 g; Węglowodany ogółem: 312.05 g; W tym cukry: 80.97 g; Błonnik pok.: 23.44 g; Sól: 7.29 g; WW: 28.74 Por; : 16.09 %; : 62.74 %; Ener. z T: 23.68 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 3405.11 mg;	Wartość energetyczna: 2183.25 kcal; Białko ogółem: 62.79 g; Tłuszcz: 69.60 g; Kw. tł. nasy.: 25.41 g; Węglowodany ogółem: 334.16 g; W tym cukry: 85.45 g; Błonnik pok.: 20.56 g; Sól: 4.96 g; WW: 31.24 Por; : 11.50 %; : 61.22 %; Ener. z T: 28.69 %; Ener. z Bł.: 1.88 %; K: 3520.36 mg;	Wartość energetyczna: 2136.89 kcal; Białko ogółem: 82.82 g; Tłuszcz: 55.87 g; Kw. tł. nasy.: 21.70 g; Węglowodany ogółem: 341.30 g; W tym cukry: 88.77 g; Błonnik pok.: 30.23 g; Sól: 7.57 g; WW: 31.04 Por; : 15.50 %; : 63.89 %; Ener. z T: 23.53 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 4042.73 mg;	Wartość energetyczna: 1880.71 kcal; Białko ogółem: 69.48 g; Tłuszcz: 52.48 g; Kw. tł. nasy.: 16.25 g; Węglowodany ogółem: 295.42 g; W tym cukry: 79.81 g; Błonnik pok.: 22.72 g; Sól: 6.99 g; WW: 27.22 Por; : 14.78 %; : 62.83 %; Ener. z T: 25.11 %; Ener. z Bł.: 2.42 %; K: 3360.31 mg;

Jadłospisy z 45. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-04 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Bezmleczna
2024-11-08 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Twaróg półtłusty 40 g (MLE,) Przysmak śliwkowy do smarowania 25g 1 szt Gruszka 1szt. 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Twaróg półtłusty 40 g (MLE,) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ,) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ,) Twaróg półtłusty 60 g (MLE,) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,) Twaróg półtłusty 60 g (MLE,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Dżem 60 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Twaróg półtłusty 40 g (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ,) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE,) Twaróg półtłusty 40 g (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twaróg półtłusty 40 g (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ,) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Chrupki kukurydziane 20 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Dżem 25 g 1 szt Jabłko 150 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,)
		II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,)					

Jadłospisy z 45. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-04 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Bezmleczna	
2024-11-08 piątek	Obiad	Kalafiorowa z ryżem* 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (MLE.) Łosoś pieczony 80g 80 g (RYB.) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku* 100 g (GLUPSZ, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (MLE.) Łosoś pieczony 80g 80 g (RYB.) Warzywa po grecku* 200 g (GLUPSZ, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (MLE.) Łosoś pieczony 80g 80 g (RYB.) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku* 100 g (GLUPSZ, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa* 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 100 g (MLE.) Łosoś pieczony 80g 80 g (RYB.) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku* 150 g (GLUPSZ, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (MLE.) Łosoś pieczony 80g 80 g (RYB.) Warzywa po grecku* 200 g (GLUPSZ, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (MLE.) Łosoś pieczony 80g 80 g (RYB.) Warzywa po grecku* 200 g (GLUPSZ, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (MLE.) Łosoś pieczony 80g 80 g (RYB.) Warzywa po grecku* 200 g (GLUPSZ, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g (RYB.) Warzywa po grecku* 200 g (GLUPSZ, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g (RYB.) Warzywa po grecku* 200 g (GLUPSZ, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g (RYB.) Warzywa po grecku* 200 g (GLUPSZ, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)					Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (MLE.)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	
2024-11-08 piątek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 60 g (JAJ, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (JAJ, MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLUPSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (JAJ, MLE.) Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 60 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE.) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 60 g (JAJ, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Zacierka na mleku 300 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLUPSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (JAJ, MLE.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 80 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (JAJ, MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLUPSZ.) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 30 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (JAJ, MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLUPSZ.) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 30 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	

Jadłospisy z 45. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-04 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Bezglutenowa	STAR- Nisko tłuszczowa	STAR- Bezmleczna
2024-11-08 piątek	PN									
	Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (może zawierać: MLE,)						Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (może zawierać: MLE,)	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (SOJ.)	Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (może zawierać: MLE,)	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (SOJ.)
	Wartość energetyczna: 2399.44 kcal; Białko ogółem: 85.44 g; Tłuszcz: 88.36 g; Kw. tł. nasy.: 34.45 g; Węglowodany ogółem: 327.24 g; W tym cukry: 90.93 g; Błonnik pok.: 29.37 g; Sól: 6.55 g; WW: 29.76 Por; : 14.24 %; : 54.55 %; Ener. z T: 33.14 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 4133.93 mg;	Wartość energetyczna: 2322.75 kcal; Białko ogółem: 84.27 g; Tłuszcz: 80.44 g; Kw. tł. nasy.: 32.89 g; Węglowodany ogółem: 327.43 g; W tym cukry: 98.45 g; Błonnik pok.: 28.38 g; Sól: 5.10 g; WW: 29.98 Por; : 14.51 %; : 56.39 %; Ener. z T: 31.17 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 4160.28 mg;	Wartość energetyczna: 2552.26 kcal; Białko ogółem: 116.07 g; Tłuszcz: 78.05 g; Kw. tł. nasy.: 34.75 g; Węglowodany ogółem: 360.29 g; W tym cukry: 96.50 g; Błonnik pok.: 34.32 g; Sól: 8.33 g; WW: 32.67 Por; : 18.19 %; : 56.47 %; Ener. z T: 27.52 %; Ener. z Bł.: 2.69 %; K: 4179.38 mg;	Wartość energetyczna: 1749.24 kcal; Białko ogółem: 76.29 g; Tłuszcz: 77.26 g; Kw. tł. nasy.: 22.55 g; Węglowodany ogółem: 198.67 g; W tym cukry: 37.81 g; Błonnik pok.: 28.35 g; Sól: 5.84 g; WW: 17.08 Por; : 17.45 %; : 45.43 %; Ener. z T: 39.75 %; Ener. z Bł.: 3.24 %; K: 3302.29 mg;	Wartość energetyczna: 2279.13 kcal; Białko ogółem: 86.77 g; Tłuszcz: 59.94 g; Kw. tł. nasy.: 27.01 g; Węglowodany ogółem: 356.59 g; W tym cukry: 101.57 g; Błonnik pok.: 20.74 g; Sól: 4.97 g; WW: 33.60 Por; : 15.23 %; : 62.58 %; Ener. z T: 23.67 %; Ener. z Bł.: 1.82 %; K: 3327.21 mg;	Wartość energetyczna: 2282.01 kcal; Białko ogółem: 83.77 g; Tłuszcz: 76.92 g; Kw. tł. nasy.: 32.16 g; Węglowodany ogółem: 323.30 g; W tym cukry: 114.41 g; Błonnik pok.: 23.67 g; Sól: 4.61 g; WW: 30.07 Por; : 14.68 %; : 56.67 %; Ener. z T: 30.34 %; Ener. z Bł.: 2.07 %; K: 4009.78 mg;	Wartość energetyczna: 2093.45 kcal; Białko ogółem: 78.01 g; Tłuszcz: 65.02 g; Kw. tł. nasy.: 19.14 g; Węglowodany ogółem: 312.64 g; W tym cukry: 99.98 g; Błonnik pok.: 23.23 g; Sól: 6.31 g; WW: 28.95 Por; : 14.90 %; : 59.74 %; Ener. z T: 27.95 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 3401.45 mg;	Wartość energetyczna: 2155.45 kcal; Białko ogółem: 62.00 g; Tłuszcz: 75.59 g; Kw. tł. nasy.: 26.34 g; Węglowodany ogółem: 312.01 g; W tym cukry: 88.11 g; Błonnik pok.: 19.61 g; Sól: 2.02 g; WW: 29.24 Por; : 11.51 %; : 57.90 %; Ener. z T: 31.56 %; Ener. z Bł.: 1.82 %; K: 3598.41 mg;	Wartość energetyczna: 2255.55 kcal; Białko ogółem: 79.71 g; Tłuszcz: 65.44 g; Kw. tł. nasy.: 22.77 g; Węglowodany ogółem: 348.95 g; W tym cukry: 114.18 g; Błonnik pok.: 27.82 g; Sól: 4.06 g; WW: 32.17 Por; : 14.14 %; : 61.88 %; Ener. z T: 26.11 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 3873.08 mg;	Wartość energetyczna: 2078.83 kcal; Białko ogółem: 69.08 g; Tłuszcz: 71.28 g; Kw. tł. nasy.: 21.41 g; Węglowodany ogółem: 302.22 g; W tym cukry: 105.71 g; Błonnik pok.: 22.53 g; Sól: 5.91 g; WW: 28.04 Por; : 13.29 %; : 58.15 %; Ener. z T: 30.86 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 3358.05 mg;

Jadłospisy z 45. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-04 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Bezmleczna
2024-11-09 sobota Śniadanie	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Szynka piastowska-wędz onka wieprzowa,wędzo na,parzona z wodą dodaną. 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Szynka piastowska-wędz onka wieprzowa,wędzo na,parzona z wodą dodaną. 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Szynka piastowska-wędz onka wieprzowa,wędzo na,parzona z wodą dodaną. 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Twarożek 60 g (MLE,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE,) Szynka piastowska-wędz onka wieprzowa,wędzo na,parzona z wodą dodaną. 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Szynka piastowska-wędz onka wieprzowa,wędzo na,parzona z wodą dodaną. 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Kurczak gotowany-dr.prod ukt grubo rozdrobiony,parz ony, z dod.białka, w osłonce niejadalnej. 50 g (JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ,) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobiona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE,) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Wafle ryżowe 30 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobiona 60 g 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 60 g (GLU PSZ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobiona 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
II ŚN				Sok pomidorowy 0,3l 1 szt						

Jadłospisy z 45. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-04 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Bezmleczna	
2024-11-09 sobota	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza bulgur 200 g (GLU PSZ,) Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza bulgur 100 g (GLU PSZ,) Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL.) Kasza Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () (bez glutenu) 150 g (SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* () 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
		Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)					Serek homo owocowy 150g 1 szt (MLE.)	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
		Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp-dieta () 120 g (SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp-dieta () 120 g (SOJ, MLE, SEL.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp-dieta () 150 g (SOJ, MLE, SEL.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE.) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp-dieta () 120 g (SOJ, MLE, SEL.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp-dieta () 120 g (SOJ, MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 80 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp-dieta () 120 g (SOJ, MLE, SEL.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ,) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynka zielonogórska-wp. parzona 50 g (SOJ,) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 60 g (SOJ,) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp-dieta () 120 g (SOJ, MLE, SEL.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml

Jadłospisy z 45. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-04 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Bezmleczna	
2024-11-09 sobota	PN	Banan 150 g			Jabłko 150 g	Banan 150 g			Jabłko pieczone 150 g	Banan 150 g	
		Wartość energetyczna: 2315.26 kcal; Białko ogółem: 85.30 g; Tłuszcz: 72.61 g; Kw. tł. nasy.: 22.74 g; Węglowodany ogółem: 339.44 g; W tym cukry: 105.57 g; Błonnik pok.: 26.52 g; Sól: 7.58 g; WW: 31.43 Por; : 14.74 %; : 58.64 %; Ener. z T: 28.23 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 3429.21 mg;	Wartość energetyczna: 2295.65 kcal; Białko ogółem: 87.92 g; Tłuszcz: 60.12 g; Kw. tł. nasy.: 22.11 g; Węglowodany ogółem: 368.80 g; W tym cukry: 112.21 g; Błonnik pok.: 35.21 g; Sól: 6.41 g; WW: 33.53 Por; : 15.32 %; : 64.26 %; Ener. z T: 23.57 %; Ener. z Bł.: 3.07 %; K: 4256.27 mg;	Wartość energetyczna: 2580.12 kcal; Białko ogółem: 112.55 g; Tłuszcz: 67.91 g; Kw. tł. nasy.: 25.06 g; Węglowodany ogółem: 399.22 g; W tym cukry: 116.13 g; Błonnik pok.: 38.97 g; Sól: 7.60 g; WW: 36.20 Por; : 17.45 %; : 61.89 %; Ener. z T: 23.69 %; Ener. z Bł.: 3.02 %; K: 4685.64 mg;	Wartość energetyczna: 1740.95 kcal; Białko ogółem: 79.23 g; Tłuszcz: 55.68 g; Kw. tł. nasy.: 12.43 g; Węglowodany ogółem: 245.04 g; W tym cukry: 47.82 g; Błonnik pok.: 32.14 g; Sól: 8.73 g; WW: 21.34 Por; : 18.20 %; : 56.30 %; Ener. z T: 28.79 %; Ener. z Bł.: 3.69 %; K: 3216.21 mg;	Wartość energetyczna: 2396.31 kcal; Białko ogółem: 87.51 g; Tłuszcz: 62.71 g; Kw. tł. nasy.: 26.95 g; Węglowodany ogółem: 387.63 g; W tym cukry: 104.43 g; Błonnik pok.: 34.52 g; Sól: 8.06 g; WW: 35.38 Por; : 14.61 %; : 64.70 %; Ener. z T: 23.55 %; Ener. z Bł.: 2.88 %; K: 4038.14 mg;	Wartość energetyczna: 2331.95 kcal; Białko ogółem: 86.13 g; Tłuszcz: 57.88 g; Kw. tł. nasy.: 23.08 g; Węglowodany ogółem: 383.84 g; W tym cukry: 111.62 g; Błonnik pok.: 30.05 g; Sól: 5.64 g; WW: 35.56 Por; : 14.77 %; : 65.84 %; Ener. z T: 22.34 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 4105.77 mg;	Wartość energetyczna: 2065.43 kcal; Białko ogółem: 69.59 g; Tłuszcz: 45.95 g; Kw. tł. nasy.: 13.85 g; Węglowodany ogółem: 356.63 g; W tym cukry: 133.74 g; Błonnik pok.: 31.81 g; Sól: 5.78 g; WW: 32.60 Por; : 13.48 %; : 69.07 %; Ener. z T: 20.02 %; Ener. z Bł.: 3.08 %; K: 3933.26 mg;	Wartość energetyczna: 2307.44 kcal; Białko ogółem: 72.58 g; Tłuszcz: 74.05 g; Kw. tł. nasy.: 23.41 g; Węglowodany ogółem: 346.91 g; W tym cukry: 86.18 g; Błonnik pok.: 23.72 g; Sól: 4.44 g; WW: 32.53 Por; : 12.58 %; : 60.14 %; Ener. z T: 28.88 %; Ener. z Bł.: 2.06 %; K: 3779.39 mg;	Wartość energetyczna: 2073.81 kcal; Białko ogółem: 86.00 g; Tłuszcz: 46.56 g; Kw. tł. nasy.: 17.08 g; Węglowodany ogółem: 345.08 g; W tym cukry: 94.47 g; Błonnik pok.: 34.26 g; Sól: 6.32 g; WW: 31.22 Por; : 16.59 %; : 66.56 %; Ener. z T: 20.21 %; Ener. z Bł.: 3.30 %; K: 3688.77 mg;	Wartość energetyczna: 2064.20 kcal; Białko ogółem: 72.87 g; Tłuszcz: 46.61 g; Kw. tł. nasy.: 13.99 g; Węglowodany ogółem: 355.20 g; W tym cukry: 107.16 g; Błonnik pok.: 36.64 g; Sól: 6.74 g; WW: 31.97 Por; : 14.12 %; : 68.83 %; Ener. z T: 20.32 %; Ener. z Bł.: 3.55 %; K: 4083.76 mg;
2024-11-10 niedziela	Śniadanie	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>) Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)	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>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna 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>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 25 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</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 80 g Sałata zielona 20 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 1 szt (<u>JAJ.</u>)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 25 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)

Jadłospisy z 45. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-04 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Bezmleczna
2024-11-10 niedziela	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.)						
	Krem pomidorowy 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (MLE.) Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab gotowany 100 g Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (MLE.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Krem pomidorowy 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Schab gotowany 100 g Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 100 g (MLE.) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab gotowany 100 g Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (MLE.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab gotowany 100 g Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (MLE.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Schab gotowany 100 g Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu)* 400 ml (MLE, SEL.) Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 50 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g (MLE.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab gotowany 100 g Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Schab gotowany 100 g Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
	PD	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 30 g (MLE.)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Jabłko 150 g

Jadłospisy z 45. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-04 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Bezmleczna	
2024-11-10 niedziela	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE.) Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL.)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka rodzinna-wędzzoneka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wę dz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wę dz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wę dz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)					Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzo skwinia 100g (tubka) 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzo skwinia 100g (tubka) 1 szt	

Jadłospisy z 45. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-04 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Bezglutenowa	STAR- Nisko tłuszczowa	STAR- Bezmleczna
2024-11-10 niedziela	Wartość energetyczna: 2460.95 kcal; Białko ogółem: 91.42 g; Tłuszcz: 108.83 g; Kw. tł. nasy.: 43.75 g; Węglowodany ogółem: 289.03 g; W tym cukry: 64.29 g; Błonnik pok.: 24.84 g; Sól: 9.08 g; WW: 26.53 Por; : 14.86 %; : 46.98 %; Ener. z T: 39.80 %; Ener. z Bł.: 2.02 %; K: 3521.68 mg;	Wartość energetyczna: 2185.77 kcal; Białko ogółem: 104.30 g; Tłuszcz: 69.11 g; Kw. tł. nasy.: 32.98 g; Węglowodany ogółem: 293.41 g; W tym cukry: 63.26 g; Błonnik pok.: 20.86 g; Sól: 7.79 g; WW: 27.43 Por; : 19.09 %; : 53.69 %; Ener. z T: 28.46 %; Ener. z Bł.: 1.91 %; K: 3763.68 mg;	Wartość energetyczna: 2549.77 kcal; Białko ogółem: 128.10 g; Tłuszcz: 87.11 g; Kw. tł. nasy.: 44.84 g; Węglowodany ogółem: 323.63 g; W tym cukry: 72.73 g; Błonnik pok.: 28.16 g; Sól: 7.39 g; WW: 29.74 Por; : 20.10 %; : 50.77 %; Ener. z T: 30.75 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 4362.73 mg;	Wartość energetyczna: 1673.31 kcal; Białko ogółem: 85.23 g; Tłuszcz: 64.65 g; Kw. tł. nasy.: 20.02 g; Węglowodany ogółem: 198.50 g; W tym cukry: 31.13 g; Błonnik pok.: 26.50 g; Sól: 6.90 g; WW: 17.32 Por; : 20.37 %; : 47.45 %; Ener. z T: 34.77 %; Ener. z Bł.: 3.17 %; K: 3114.16 mg;	Wartość energetyczna: 2390.88 kcal; Białko ogółem: 108.15 g; Tłuszcz: 68.53 g; Kw. tł. nasy.: 32.87 g; Węglowodany ogółem: 341.95 g; W tym cukry: 93.72 g; Błonnik pok.: 18.46 g; Sól: 6.06 g; WW: 32.48 Por; : 18.09 %; : 57.21 %; Ener. z T: 25.80 %; Ener. z Bł.: 1.54 %; K: 4247.43 mg;	Wartość energetyczna: 2098.35 kcal; Białko ogółem: 104.45 g; Tłuszcz: 57.69 g; Kw. tł. nasy.: 29.30 g; Węglowodany ogółem: 293.89 g; W tym cukry: 80.54 g; Błonnik pok.: 14.05 g; Sól: 5.55 g; WW: 28.17 Por; : 19.91 %; : 56.02 %; Ener. z T: 24.74 %; Ener. z Bł.: 1.34 %; K: 3791.43 mg;	Wartość energetyczna: 1857.40 kcal; Białko ogółem: 93.19 g; Tłuszcz: 46.63 g; Kw. tł. nasy.: 18.06 g; Węglowodany ogółem: 272.18 g; W tym cukry: 73.92 g; Błonnik pok.: 13.59 g; Sól: 6.66 g; WW: 26.01 Por; : 20.07 %; : 58.62 %; Ener. z T: 22.59 %; Ener. z Bł.: 1.46 %; K: 3483.38 mg;	Wartość energetyczna: 2020.97 kcal; Białko ogółem: 84.62 g; Tłuszcz: 64.32 g; Kw. tł. nasy.: 27.38 g; Węglowodany ogółem: 274.99 g; W tym cukry: 52.36 g; Błonnik pok.: 10.78 g; Sól: 6.12 g; WW: 26.54 Por; : 16.75 %; : 54.43 %; Ener. z T: 28.65 %; Ener. z Bł.: 1.07 %; K: 3113.81 mg;	Wartość energetyczna: 2117.93 kcal; Białko ogółem: 104.21 g; Tłuszcz: 61.71 g; Kw. tł. nasy.: 27.70 g; Węglowodany ogółem: 293.34 g; W tym cukry: 63.21 g; Błonnik pok.: 20.86 g; Sól: 7.81 g; WW: 27.42 Por; : 19.68 %; : 55.40 %; Ener. z T: 26.23 %; Ener. z Bł.: 1.97 %; K: 3761.68 mg;	Wartość energetyczna: 1954.35 kcal; Białko ogółem: 97.16 g; Tłuszcz: 48.26 g; Kw. tł. nasy.: 18.37 g; Węglowodany ogółem: 293.35 g; W tym cukry: 71.05 g; Błonnik pok.: 23.76 g; Sól: 7.64 g; WW: 27.11 Por; : 19.89 %; : 60.04 %; Ener. z T: 22.23 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 3679.03 mg;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeniczny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JEĆCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal],
Białko ogółem - Białko ogółem wg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sól - Sól,
K - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
- % energii z białka,
Ener. z T - % energii z tłuszczu,
- % energii z węglowodanów,
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,