

Jadłospisy z 7. tygodnia, tj. od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-02-23 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	
2025-02-17 poniedziałek	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 14 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Schab Maryny-wędzonka wieprzowa,wędzona,p arzona z wodą dodaną. 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	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) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Schab Maryny-wędzonka wieprzowa,wędzona,p arzona z wodą dodaną. 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 14 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Schab Maryny-wędzonka wieprzowa,wędzona,p arzona z wodą dodaną. 60 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR) 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 (GLU PSZ, GLU ZYT) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Schab Maryny-wędzonka wieprzowa,wędzona,p arzona z wodą dodaną. 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 14 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Schab Maryny-wędzonka wieprzowa,wędzona,p arzona z wodą dodaną. 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 14 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Schab Maryny-wędzonka wieprzowa,wędzona,p arzona z wodą dodaną. 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ) Tuszcz do smarowania (70%) 14 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	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) Schab Maryny-wędzonka wieprzowa,wędzona,p arzona z wodą dodaną. 60 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR) 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) Tuszcz do smarowania (70%) 14 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
		II ŚN			Jabłko 150 g					
2025-02-17 poniedziałek	Obiad	Fasolowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Twaróg półtusty 100 g (MLE) Mus z jabłek () z/c 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Twaróg półtusty 100 g (MLE) Mus z jabłek () z/c 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Twaróg półtusty 100 g (MLE) Mus z jabłek () z/c 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Twaróg półtusty 100 g (MLE) Mus z jabłek () z/c 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Twaróg półtusty 100 g (MLE) Mus z jabłek () z/c 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL) Marchew gotowana z olejem* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Twaróg półtusty 100 g (MLE) Mus z jabłek () z/c 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL) Marchew gotowana z olejem* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL) Marchew gotowana z olejem* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml

Jadłospisy z 7. tygodnia, tj. od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-02-23 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	
2025-02-17 poniedziałek	PD	Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>)	Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chrupki kukurydziane 20 g			
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ</u>) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ</u>) Pasta z twarogu z dżemem truskawkowym 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ</u>) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml		Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ</u>) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa ekspresowa z/c 250 ml Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2279.71 kcal; Białko ogółem: 103.60 g; Tłuszcz: 54.63 g; Kw. tł. nasy.: 29.11 g; Węglowodany ogółem: 356.35 g; W tym cukry: 92.98 g; Błonnik pok.: 27.50 g; Sól: 9.56 g; WW: 32.77 Por; : 18.18 %; : 62.53 %; Ener. z T: 21.57 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 2453.35 mg;	Wartość energetyczna: 2304.49 kcal; Białko ogółem: 101.79 g; Tłuszcz: 56.03 g; Kw. tł. nasy.: 29.29 g; Węglowodany ogółem: 358.61 g; W tym cukry: 99.18 g; Błonnik pok.: 23.06 g; Sól: 7.50 g; WW: 33.48 Por; : 17.67 %; : 62.25 %; Ener. z T: 21.88 %; Ener. z Bł.: 2.00 %; K: 2574.37 mg;	Wartość energetyczna: 2494.74 kcal; Białko ogółem: 98.71 g; Tłuszcz: 66.83 g; Kw. tł. nasy.: 35.37 g; Węglowodany ogółem: 389.34 g; W tym cukry: 109.26 g; Błonnik pok.: 30.48 g; Sól: 8.32 g; WW: 35.87 Por; : 15.83 %; : 62.42 %; Ener. z T: 24.11 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 2856.47 mg;	Wartość energetyczna: 1713.78 kcal; Białko ogółem: 97.31 g; Tłuszcz: 54.05 g; Kw. tł. nasy.: 17.39 g; Węglowodany ogółem: 224.05 g; W tym cukry: 42.96 g; Błonnik pok.: 35.91 g; Sól: 12.03 g; WW: 18.70 Por; : 22.71 %; : 52.29 %; Ener. z T: 28.39 %; Ener. z Bł.: 4.19 %; K: 3506.26 mg;	Wartość energetyczna: 2422.68 kcal; Białko ogółem: 89.99 g; Tłuszcz: 61.00 g; Kw. tł. nasy.: 29.33 g; Węglowodany ogółem: 389.00 g; W tym cukry: 99.75 g; Błonnik pok.: 24.41 g; Sól: 7.39 g; WW: 36.44 Por; : 14.86 %; : 64.23 %; Ener. z T: 22.66 %; Ener. z Bł.: 2.02 %; K: 2585.80 mg;	Wartość energetyczna: 2250.39 kcal; Białko ogółem: 105.86 g; Tłuszcz: 55.55 g; Kw. tł. nasy.: 29.16 g; Węglowodany ogółem: 339.66 g; W tym cukry: 95.81 g; Błonnik pok.: 17.10 g; Sól: 8.90 g; WW: 32.15 Por; : 18.82 %; : 60.37 %; Ener. z T: 22.22 %; Ener. z Bł.: 1.52 %; K: 2216.70 mg;	Wartość energetyczna: 1983.81 kcal; Białko ogółem: 83.14 g; Tłuszcz: 48.86 g; Kw. tł. nasy.: 15.00 g; Węglowodany ogółem: 314.23 g; W tym cukry: 88.49 g; Błonnik pok.: 20.89 g; Sól: 5.90 g; WW: 29.45 Por; : 16.76 %; : 63.36 %; Ener. z T: 22.17 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 3010.45 mg;	Wartość energetyczna: 2105.39 kcal; Białko ogółem: 77.92 g; Tłuszcz: 40.34 g; Kw. tł. nasy.: 19.75 g; Węglowodany ogółem: 369.02 g; W tym cukry: 99.29 g; Błonnik pok.: 24.58 g; Sól: 6.80 g; WW: 34.42 Por; : 14.80 %; : 70.11 %; Ener. z T: 17.24 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 2547.07 mg;	Wartość energetyczna: 1868.98 kcal; Białko ogółem: 74.69 g; Tłuszcz: 48.04 g; Kw. tł. nasy.: 14.89 g; Węglowodany ogółem: 294.78 g; W tym cukry: 87.70 g; Błonnik pok.: 20.17 g; Sól: 5.43 g; WW: 27.54 Por; : 15.98 %; : 63.09 %; Ener. z T: 23.13 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 2965.65 mg;	

Jadłospisy z 7. tygodnia, tj. od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-02-23 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	
2025-02-18 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, 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,) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Mandarynka 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ,) Mandarynka 150 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Ser żółty 60 g (MLE,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Mandarynka 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Młeks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka 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,) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Mus z jabłek prażonych 150 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ,) Mandarynka 150 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ,) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Mandarynka 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ,) Mandarynka 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 ekspresowa z/c 250 ml Mandarynka 150 g
		II ŚN	Słupki z warzyw () 70 g							
2025-02-18 wtorek	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko 200 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko 200 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Buraczki gotowane () 200 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko (brązowy) 100 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Buraczki gotowane () 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko 200 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko 200 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Ryż na sypko 200 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko 200 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Ryż na sypko 200 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Ryż na sypko 200 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
		PD	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (MLE,)		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE,)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (MLE,)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (MLE,)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	

Jadłospisy z 7. tygodnia, tj. od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-02-23 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
2025-02-18 wtorek	Kolejacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 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>) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (<u>MLE,</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</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>) Mięks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (<u>MLE,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL,</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
		Jabłko 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 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-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Mięks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g (<u>MLE,</u>) Schab Maryny-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>)	Jabłko 150 g				
PN									

Jadłospisy z 7. tygodnia, tj. od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-02-23 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
2025-02-18 wtorek	Wartość energetyczna: 2207.49 kcal; Białko ogółem: 99.80 g; Tłuszcz: 58.76 g; Kw. tł. nasy.: 29.25 g; Węglowodany ogółem: 333.82 g; W tym cukry: 108.20 g; Błonnik pok.: 29.60 g; Sól: 6.41 g; WW: 30.46 Por; : 18.08 %; : 60.49 %; Ener. z T: 23.95 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 3917.80 mg;	Wartość energetyczna: 2155.80 kcal; Białko ogółem: 99.59 g; Tłuszcz: 53.83 g; Kw. tł. nasy.: 27.77 g; Węglowodany ogółem: 332.68 g; W tym cukry: 105.39 g; Błonnik pok.: 29.26 g; Sól: 5.49 g; WW: 30.30 Por; : 18.48 %; : 61.73 %; Ener. z T: 22.47 %; Ener. z Bł.: 2.71 %; K: 4297.27 mg;	Wartość energetyczna: 2680.69 kcal; Białko ogółem: 134.52 g; Tłuszcz: 82.50 g; Kw. tł. nasy.: 44.54 g; Węglowodany ogółem: 369.30 g; W tym cukry: 97.89 g; Błonnik pok.: 33.52 g; Sól: 9.25 g; WW: 33.57 Por; : 20.07 %; : 55.10 %; Ener. z T: 27.70 %; Ener. z Bł.: 2.50 %; K: 4508.02 mg;	Wartość energetyczna: 1544.67 kcal; Białko ogółem: 88.92 g; Tłuszcz: 44.91 g; Kw. tł. nasy.: 16.66 g; Węglowodany ogółem: 211.34 g; W tym cukry: 37.68 g; Błonnik pok.: 34.55 g; Sól: 6.97 g; WW: 17.75 Por; : 23.03 %; : 54.73 %; Ener. z T: 26.17 %; Ener. z Bł.: 4.47 %; K: 3762.67 mg;	Wartość energetyczna: 2534.86 kcal; Białko ogółem: 116.98 g; Tłuszcz: 64.00 g; Kw. tł. nasy.: 32.23 g; Węglowodany ogółem: 385.60 g; W tym cukry: 127.04 g; Błonnik pok.: 19.71 g; Sól: 6.42 g; WW: 36.53 Por; : 18.46 %; : 60.85 %; Ener. z T: 22.72 %; Ener. z Bł.: 1.55 %; K: 3679.25 mg;	Wartość energetyczna: 2105.90 kcal; Białko ogółem: 98.74 g; Tłuszcz: 53.24 g; Kw. tł. nasy.: 27.67 g; Węglowodany ogółem: 319.92 g; W tym cukry: 104.75 g; Sól: 5.07 g; WW: 29.53 Por; : 18.75 %; : 60.77 %; Ener. z T: 22.75 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 4146.77 mg;	Wartość energetyczna: 1892.34 kcal; Białko ogółem: 85.89 g; Tłuszcz: 38.24 g; Kw. tł. nasy.: 14.43 g; Węglowodany ogółem: 314.77 g; W tym cukry: 100.47 g; Błonnik pok.: 24.58 g; Sól: 6.70 g; WW: 29.01 Por; : 18.16 %; : 66.54 %; Ener. z T: 18.19 %; Ener. z Bł.: 2.60 %; K: 3858.99 mg;	Wartość energetyczna: 2095.96 kcal; Białko ogółem: 99.53 g; Tłuszcz: 47.23 g; Kw. tł. nasy.: 23.40 g; Węglowodany ogółem: 332.63 g; W tym cukry: 105.34 g; Błonnik pok.: 29.26 g; Sól: 5.49 g; WW: 30.29 Por; : 18.99 %; : 63.48 %; Ener. z T: 20.28 %; Ener. z Bł.: 2.79 %; K: 4295.27 mg;	Wartość energetyczna: 1781.94 kcal; Białko ogółem: 82.33 g; Tłuszcz: 37.64 g; Kw. tł. nasy.: 14.32 g; Węglowodany ogółem: 291.69 g; W tym cukry: 99.99 g; Błonnik pok.: 23.86 g; Sól: 6.32 g; WW: 26.77 Por; : 18.48 %; : 65.48 %; Ener. z T: 19.01 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 3814.19 mg;
2025-02-19 środa	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 z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>) Kiwi (g) 150 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% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>) Banan 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>) Banan 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Budyń o smaku czekoladowym 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 rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną, 60 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>) Banan 150 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Mix салат 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 150 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>) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 150 g
III ŚN				Kiwi (g) 150 g					

Jadłospisy z 7. tygodnia, tj. od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-02-23 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
2025-02-19 środa Obiad	Pieczarkowa z makaronem* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (MLE,) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (SEL,) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (MLE,) Marchew oprószana z olejem* 200 g (GLU PSZ,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Pulpet drobiowy 120 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (MLE,) Marchew oprószana z olejem* 200 g (GLU PSZ,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 100 g (MLE,) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (SEL,) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (MLE,) Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU PSZ,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (MLE,) Marchew oprószana z olejem* 200 g (GLU PSZ,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 50 ml (GLU PSZ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Marchew oprószana z olejem* 200 g (GLU PSZ,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Marchew oprószana z olejem* 200 g (GLU PSZ,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 50 ml (GLU PSZ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Marchew oprószana z olejem* 200 g (GLU PSZ,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	PD	Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (MLE,)		Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) 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,)	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (MLE,)	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml

Jadłospisy z 7. tygodnia, tj. od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-02-23 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	
2025-02-19 środa	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 rybno (miruna)-warzywny* 60 g (<u>RYB, SEL.</u>) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</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	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>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 60 g (<u>RYB, SEL.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</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>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 60 g (<u>RYB, SEL.</u>) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 60 g (<u>RYB, SEL.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (<u>SOJ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 60 g (<u>RYB, SEL.</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>) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 60 g (<u>RYB, SEL.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</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	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 60 g (<u>RYB, SEL.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)			Sok warzywny 0,3l 1 szt (<u>SEL.</u>)		Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt
	Wartość energetyczna: 2103.95 kcal; Białko ogółem: 75.84 g; Tłuszcz: 58.91 g; Kw. tł. nasy.: 24.79 g; Węglowodany ogółem: 331.38 g; W tym cukry: 85.09 g; Błonnik pok.: 28.14 g; Sól: 8.27 g; WW: 30.53 Por; : 14.42 %; : 63.00 %; Ener. z T: 25.20 %; Ener. z Bł.: 2.67 %; K: 4173.01 mg;	Wartość energetyczna: 2287.15 kcal; Białko ogółem: 78.52 g; Tłuszcz: 62.14 g; Kw. tł. nasy.: 24.99 g; Węglowodany ogółem: 367.40 g; W tym cukry: 102.96 g; Błonnik pok.: 27.72 g; Sól: 6.29 g; WW: 34.22 Por; : 13.73 %; : 64.26 %; Ener. z T: 24.45 %; Ener. z Bł.: 2.42 %; K: 4468.49 mg;	Wartość energetyczna: 2511.79 kcal; Białko ogółem: 100.88 g; Tłuszcz: 68.97 g; Kw. tł. nasy.: 27.18 g; Węglowodany ogółem: 388.22 g; W tym cukry: 105.55 g; Błonnik pok.: 32.93 g; Sól: 8.38 g; WW: 35.80 Por; : 16.07 %; : 61.82 %; Ener. z T: 24.71 %; Ener. z Bł.: 2.62 %; K: 4759.63 mg;	Wartość energetyczna: 1551.58 kcal; Białko ogółem: 67.10 g; Tłuszcz: 48.05 g; Kw. tł. nasy.: 14.32 g; Węglowodany ogółem: 229.50 g; W tym cukry: 41.04 g; Błonnik pok.: 32.75 g; Sól: 10.82 g; WW: 19.81 Por; : 17.30 %; : 59.17 %; Ener. z T: 27.87 %; Ener. z Bł.: 4.22 %; K: 3367.75 mg;	Wartość energetyczna: 2257.89 kcal; Białko ogółem: 89.78 g; Tłuszcz: 68.94 g; Kw. tł. nasy.: 29.43 g; Węglowodany ogółem: 330.78 g; W tym cukry: 82.28 g; Błonnik pok.: 22.15 g; Sól: 7.50 g; WW: 31.03 Por; : 15.91 %; : 58.60 %; Ener. z T: 24.48 %; Ener. z Bł.: 1.96 %; K: 3869.13 mg;	Wartość energetyczna: 2245.16 kcal; Białko ogółem: 82.79 g; Tłuszcz: 61.25 g; Kw. tł. nasy.: 24.89 g; Węglowodany ogółem: 351.67 g; W tym cukry: 102.32 g; Błonnik pok.: 22.56 g; Sól: 6.32 g; WW: 33.13 Por; : 14.75 %; : 62.65 %; Ener. z T: 20.75 %; Ener. z Bł.: 2.01 %; K: 4317.99 mg;	Wartość energetyczna: 1999.01 kcal; Białko ogółem: 68.99 g; Tłuszcz: 46.08 g; Kw. tł. nasy.: 14.01 g; Węglowodany ogółem: 338.87 g; W tym cukry: 118.92 g; Błonnik pok.: 22.55 g; Sól: 5.51 g; WW: 31.81 Por; : 13.80 %; : 67.81 %; Ener. z T: 20.75 %; Ener. z Bł.: 2.26 %; K: 3889.84 mg;	Wartość energetyczna: 2128.41 kcal; Białko ogółem: 73.39 g; Tłuszcz: 51.74 g; Kw. tł. nasy.: 17.93 g; Węglowodany ogółem: 356.82 g; W tym cukry: 95.56 g; Błonnik pok.: 27.72 g; Sól: 6.17 g; WW: 33.15 Por; : 13.79 %; : 67.06 %; Ener. z T: 21.88 %; Ener. z Bł.: 2.60 %; K: 4270.99 mg;	Wartość energetyczna: 1915.38 kcal; Białko ogółem: 68.65 g; Tłuszcz: 46.16 g; Kw. tł. nasy.: 13.90 g; Węglowodany ogółem: 317.80 g; W tym cukry: 118.44 g; Błonnik pok.: 21.83 g; Sól: 5.90 g; WW: 29.77 Por; : 14.34 %; : 66.37 %; Ener. z T: 21.69 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 3845.04 mg;	

Jadłospisy z 7. tygodnia, tj. od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-02-23 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
2025-02-20 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>)
		Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)	Miiks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>)	Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)
II ŚN		Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>)	Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>)	Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>)	Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>)	Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>)	Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>)	Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>)	Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g
		Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>)	Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>)	Pomidor 80 g	Pomidor 80 g	Pomidor 80 g	Pomidor 80 g	Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>)	Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>)
		Salata zielona 20 g	Salata zielona 20 g	Salata zielona 20 g	Salata zielona 20 g	Salata zielona 20 g	Salata zielona 20 g	Salata zielona 20 g	Salata zielona 20 g
		Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 60 g (<u>SOJ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
		Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Pomidor 80 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>)	Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Jabłko 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko 150 g
			Salata zielona 20 g		Marchew gotowana z olejem* 100 g				
			Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml				
			Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)						
				Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)					
				Miiks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g (<u>MLE.</u>)					
				Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 30 g (<u>SOJ.</u>)					

Jadłospisy z 7. tygodnia, tj. od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-02-23 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
2025-02-20 czwartek	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Fasolka po bretońsku 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Mandarynka 150 g	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 440 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * (bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * (bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)				Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chrupki kukurydziane 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chrupki kukurydziane 20 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Salatka jarzynowa - dieta (bez mleka) () 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt				Jabłko 150 g	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt			

Jadłospisy z 7. tygodnia, tj. od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-02-23 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
2025-02-20 czwartek	Wartość energetyczna: 2265.29 kcal; Białko ogółem: 80.83 g; Tłuszcz: 69.89 g; Kw. tł. nasy.: 30.84 g; Węglowodany ogółem: 344.88 g; W tym cukry: 92.57 g; Błonnik pok.: 36.70 g; Sól: 8.67 g; WW: 30.93 Por; : 14.27 %; : 60.90 %; Ener. z T: 27.77 %; Ener. z Bł.: 3.24 %; K: 3867.57 mg;	Wartość energetyczna: 2187.65 kcal; Białko ogółem: 85.67 g; Tłuszcz: 67.85 g; Kw. tł. nasy.: 28.12 g; Węglowodany ogółem: 321.91 g; W tym cukry: 85.30 g; Błonnik pok.: 28.48 g; Sól: 5.90 g; WW: 29.37 Por; : 15.66 %; : 58.86 %; Ener. z T: 27.92 %; Ener. z Bł.: 2.60 %; K: 4210.48 mg;	Wartość energetyczna: 2560.64 kcal; Białko ogółem: 110.68 g; Tłuszcz: 81.93 g; Kw. tł. nasy.: 31.75 g; Węglowodany ogółem: 362.42 g; W tym cukry: 87.69 g; Błonnik pok.: 36.90 g; Sól: 8.29 g; WW: 32.55 Por; : 17.29 %; : 56.61 %; Ener. z T: 28.80 %; Ener. z Bł.: 2.88 %; K: 4775.62 mg;	Wartość energetyczna: 1831.74 kcal; Białko ogółem: 79.10 g; Tłuszcz: 57.14 g; Kw. tł. nasy.: 17.44 g; Węglowodany ogółem: 270.75 g; W tym cukry: 48.98 g; Błonnik pok.: 41.22 g; Sól: 6.80 g; WW: 22.92 Por; : 17.27 %; : 59.12 %; Ener. z T: 28.07 %; Ener. z Bł.: 4.50 %; K: 4520.59 mg;	Wartość energetyczna: 2294.24 kcal; Białko ogółem: 93.92 g; Tłuszcz: 71.40 g; Kw. tł. nasy.: 28.91 g; Węglowodany ogółem: 332.80 g; W tym cukry: 75.45 g; Błonnik pok.: 28.10 g; Sól: 6.50 g; WW: 30.50 Por; : 16.37 %; : 58.02 %; Ener. z T: 28.01 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 4267.43 mg;	Wartość energetyczna: 2170.75 kcal; Białko ogółem: 86.62 g; Tłuszcz: 68.01 g; Kw. tł. nasy.: 28.63 g; Węglowodany ogółem: 317.85 g; W tym cukry: 101.01 g; Błonnik pok.: 23.77 g; Sól: 5.39 g; WW: 29.50 Por; : 15.96 %; : 58.57 %; Ener. z T: 28.20 %; Ener. z Bł.: 2.19 %; K: 4028.48 mg;	Wartość energetyczna: 1970.96 kcal; Białko ogółem: 71.38 g; Tłuszcz: 56.84 g; Kw. tł. nasy.: 15.33 g; Węglowodany ogółem: 308.25 g; W tym cukry: 76.90 g; Błonnik pok.: 27.25 g; Sól: 7.09 g; WW: 28.08 Por; : 14.49 %; : 62.56 %; Ener. z T: 25.95 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K: 3752.88 mg;	Wartość energetyczna: 2036.91 kcal; Białko ogółem: 80.57 g; Tłuszcz: 58.25 g; Kw. tł. nasy.: 21.95 g; Węglowodany ogółem: 311.35 g; W tym cukry: 77.90 g; Błonnik pok.: 28.48 g; Sól: 5.76 g; WW: 28.29 Por; : 15.82 %; : 61.14 %; Ener. z T: 25.74 %; Ener. z Bł.: 2.80 %; K: 4012.98 mg;	Wartość energetyczna: 2015.16 kcal; Białko ogółem: 70.30 g; Tłuszcz: 56.97 g; Kw. tł. nasy.: 15.29 g; Węglowodany ogółem: 322.70 g; W tym cukry: 77.43 g; Błonnik pok.: 32.24 g; Sól: 7.05 g; WW: 29.06 Por; : 13.95 %; : 64.06 %; Ener. z T: 25.45 %; Ener. z Bł.: 3.20 %; K: 3911.93 mg;
2025-02-21 piątek Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) 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>) Twarożek 60 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 150 g	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>) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 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>) Banan 150 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE,</u>) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 30 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE,</u>) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 30 g (<u>SOJ,</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mandarynka 150 g	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>) Twarożek 60 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ,</u>) Banan 150 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 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>) Banan 150 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 150 g	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>) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 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>) Banan 150 g	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 Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 60 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 150 g
II ŚN				Mandarynka 150 g					

Jadłospisy z 7. tygodnia, tj. od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-02-23 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
Obiad	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>) Ryba smażona (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Bukiet jarzyn oprószone z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>) Ryba gotowana (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bukiet jarzyn oprószone z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 100 g (<u>MLE.</u>) Ryba gotowana (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>) Ryba gotowana (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bukiet jarzyn oprószone z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>) Ryba gotowana (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bukiet jarzyn oprószone z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>) Ryba gotowana (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bukiet jarzyn oprószone z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Sos cytrynowy (bez mleka) 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryba gotowana (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Bukiet jarzyn oprószone z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryba gotowana (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bukiet jarzyn oprószone z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba gotowana (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy (bez mleka) 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn oprószone z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml
2025-02-21 piątek PD	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)					Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ.</u>)
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/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>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (<u>JAJ, MLE.</u>) 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 (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pasta warzywna* 80 g (<u>SEL.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z białek z natką pietruszki 60 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml

Jadłospisy z 7. tygodnia, tj. od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-02-23 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
2025-02-21 piątek	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt			Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Młiks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g (MLE,) Kurczak gotowany-dr,produkt grubo rozdrobniony,parzony, z dod.białka, w osłonce niejadalnej. 30 g (JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2354.79 kcal; Białko ogółem: 87.11 g; Tłuszcz: 79.30 g; Kw. tł. nasy.: 28.85 g; Węglowodany ogółem: 336.78 g; W tym cukry: 104.37 g; Błonnik pok.: 29.22 g; Sól: 7.46 g; WW: 30.90 Por; : 14.80 %; : 57.21 %; Ener. z T: 30.31 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 4265.27 mg;	Wartość energetyczna: 2142.79 kcal; Białko ogółem: 88.98 g; Tłuszcz: 61.72 g; Kw. tł. nasy.: 25.94 g; Węglowodany ogółem: 321.20 g; W tym cukry: 97.61 g; Błonnik pok.: 27.04 g; Sól: 7.07 g; WW: 29.57 Por; : 16.61 %; : 59.96 %; Ener. z T: 25.92 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 4118.38 mg;	Wartość energetyczna: 2421.41 kcal; Białko ogółem: 109.27 g; Tłuszcz: 67.87 g; Kw. tł. nasy.: 28.42 g; Węglowodany ogółem: 360.06 g; W tym cukry: 103.17 g; Błonnik pok.: 32.78 g; Sól: 10.63 g; WW: 32.92 Por; : 18.05 %; : 59.48 %; Ener. z T: 25.23 %; Ener. z Bł.: 2.71 %; K: 4452.56 mg;	Wartość energetyczna: 1539.84 kcal; Białko ogółem: 83.63 g; Tłuszcz: 49.00 g; Kw. tł. nasy.: 16.02 g; Węglowodany ogółem: 206.54 g; W tym cukry: 40.51 g; Błonnik pok.: 32.95 g; Sól: 7.72 g; WW: 17.36 Por; : 21.73 %; : 53.65 %; Ener. z T: 28.64 %; Ener. z Bł.: 4.28 %; K: 3079.23 mg;	Wartość energetyczna: 2398.24 kcal; Białko ogółem: 98.94 g; Tłuszcz: 66.25 g; Kw. tł. nasy.: 28.57 g; Węglowodany ogółem: 365.94 g; W tym cukry: 128.65 g; Błonnik pok.: 22.55 g; Sól: 5.86 g; WW: 34.31 Por; : 16.50 %; : 61.04 %; Ener. z T: 24.86 %; Ener. z Bł.: 1.88 %; K: 3501.33 mg;	Wartość energetyczna: 2092.89 kcal; Białko ogółem: 88.13 g; Tłuszcz: 61.13 g; Kw. tł. nasy.: 25.84 g; Węglowodany ogółem: 308.44 g; W tym cukry: 96.97 g; Błonnik pok.: 21.88 g; Sól: 6.65 g; WW: 28.80 Por; : 16.84 %; : 58.95 %; Ener. z T: 26.29 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 3967.88 mg;	Wartość energetyczna: 1935.55 kcal; Białko ogółem: 84.45 g; Tłuszcz: 53.52 g; Kw. tł. nasy.: 16.04 g; Węglowodany ogółem: 291.43 g; W tym cukry: 72.93 g; Błonnik pok.: 23.28 g; Sól: 9.10 g; WW: 26.84 Por; : 17.45 %; : 60.23 %; Ener. z T: 24.89 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 3523.09 mg;	Wartość energetyczna: 2127.95 kcal; Białko ogółem: 93.67 g; Tłuszcz: 58.10 g; Kw. tł. nasy.: 21.80 g; Węglowodany ogółem: 321.07 g; W tym cukry: 97.36 g; Błonnik pok.: 27.04 g; Sól: 7.23 g; WW: 29.53 Por; : 17.61 %; : 60.35 %; Ener. z T: 24.57 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 4159.58 mg;	Wartość energetyczna: 2047.73 kcal; Białko ogółem: 85.74 g; Tłuszcz: 59.14 g; Kw. tł. nasy.: 18.01 g; Węglowodany ogółem: 308.01 g; W tym cukry: 73.16 g; Błonnik pok.: 28.44 g; Sól: 9.39 g; WW: 28.00 Por; : 16.75 %; : 60.17 %; Ener. z T: 25.99 %; Ener. z Bł.: 2.78 %; K: 3740.09 mg;

Jadłospisy z 7. tygodnia, tj. od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-02-23 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
2025-02-22 sobota	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,p arzona 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 Jabłko 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,p arzona z wodą dodaną. 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,p arzona z wodą dodaną. 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Twaróg półtłusty 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,) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ,)	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 piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,p arzona z wodą dodaną. 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JEZC,) 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-wędzonka wieprzowa,wędzona,p arzona 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 Jabłko 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,p arzona 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 Jabłko 150 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ,) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,p arzona 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 Jabłko 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g
	II ŚN				Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ,)					

Jadłospisy z 7. tygodnia, tj. od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-02-23 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	
2025-02-22 sobota	Obiad	Koperkowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (MLE.) Bigos 300 g (GLU PSZ, SEL, GOR.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Kiwi (g) 150 g	Koperkowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (MLE.) Gulasz wieprzowy-dieta 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (MLE.) Gulasz wieprzowy-dieta 250 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 100 g (MLE.) Gulasz wieprzowy-dieta 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (MLE.) Gulasz wieprzowy-dieta 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy-dieta 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy-dieta 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy-dieta 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
	PD	Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.)					Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.)	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
	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.) Paszтет z soczewicy * 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Salata 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 Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g (MLE.) Salata 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.) Paszтет z soczewicy * 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JEJCZ.) 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.) Buraczki gotowane () 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Salata 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.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt			Kiwi (g) 150 g		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	

Jadłospisy z 7. tygodnia, tj. od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-02-23 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
2025-02-22 sobota	Wartość energetyczna: 2311.77 kcal; Białko ogółem: 91.30 g; Tłuszcz: 80.20 g; Kw. tł. nasy.: 33.44 g; Węglowodany ogółem: 320.20 g; W tym cukry: 90.10 g; Błonnik pok.: 31.99 g; Sól: 12.13 g; WW: 28.83 Por; : 15.80 %; : 55.40 %; Ener. z T: 31.22 %; Ener. z Bł.: 2.77 %; K: 4097.65 mg;	Wartość energetyczna: 2212.44 kcal; Białko ogółem: 104.49 g; Tłuszcz: 65.58 g; Kw. tł. nasy.: 29.94 g; Węglowodany ogółem: 315.33 g; W tym cukry: 87.11 g; Błonnik pok.: 29.36 g; Sól: 9.27 g; WW: 28.60 Por; : 18.89 %; : 57.01 %; Ener. z T: 26.68 %; Ener. z Bł.: 2.65 %; K: 4080.06 mg;	Wartość energetyczna: 2648.01 kcal; Białko ogółem: 147.27 g; Tłuszcz: 88.01 g; Kw. tł. nasy.: 39.65 g; Węglowodany ogółem: 332.73 g; W tym cukry: 77.84 g; Błonnik pok.: 33.85 g; Sól: 10.40 g; WW: 29.95 Por; : 22.25 %; : 50.26 %; Ener. z T: 29.91 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 4587.19 mg;	Wartość energetyczna: 1981.36 kcal; Białko ogółem: 107.20 g; Tłuszcz: 71.44 g; Kw. tł. nasy.: 23.81 g; Węglowodany ogółem: 243.87 g; W tym cukry: 37.59 g; Błonnik pok.: 35.72 g; Sól: 9.56 g; WW: 20.86 Por; : 21.64 %; : 49.23 %; Ener. z T: 32.45 %; Ener. z Bł.: 3.61 %; K: 3910.68 mg;	Wartość energetyczna: 2321.95 kcal; Białko ogółem: 92.92 g; Tłuszcz: 65.02 g; Kw. tł. nasy.: 29.59 g; Węglowodany ogółem: 353.56 g; W tym cukry: 98.51 g; Błonnik pok.: 24.59 g; Sól: 9.08 g; WW: 32.98 Por; : 16.01 %; : 60.91 %; Ener. z T: 25.20 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 3927.14 mg;	Wartość energetyczna: 2166.97 kcal; Białko ogółem: 108.53 g; Tłuszcz: 65.21 g; Kw. tł. nasy.: 29.84 g; Węglowodany ogółem: 298.94 g; W tym cukry: 86.79 g; Błonnik pok.: 24.20 g; Sól: 8.94 g; WW: 27.50 Por; : 20.03 %; : 55.18 %; Ener. z T: 27.08 %; Ener. z Bł.: 2.23 %; K: 3929.56 mg;	Wartość energetyczna: 1920.05 kcal; Białko ogółem: 78.71 g; Tłuszcz: 50.15 g; Kw. tł. nasy.: 16.20 g; Węglowodany ogółem: 300.84 g; W tym cukry: 78.67 g; Błonnik pok.: 24.20 g; Sól: 6.85 g; WW: 27.74 Por; : 16.40 %; : 62.67 %; Ener. z T: 23.51 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 3608.29 mg;	Wartość energetyczna: 2144.60 kcal; Białko ogółem: 104.39 g; Tłuszcz: 58.18 g; Kw. tł. nasy.: 24.66 g; Węglowodany ogółem: 315.26 g; W tym cukry: 87.06 g; Błonnik pok.: 29.36 g; Sól: 9.29 g; WW: 28.60 Por; : 19.47 %; : 58.80 %; Ener. z T: 24.42 %; Ener. z Bł.: 2.74 %; K: 4078.06 mg;	Wartość energetyczna: 1809.14 kcal; Białko ogółem: 72.66 g; Tłuszcz: 50.82 g; Kw. tł. nasy.: 16.39 g; Węglowodany ogółem: 277.97 g; W tym cukry: 66.35 g; Błonnik pok.: 23.48 g; Sól: 8.48 g; WW: 25.48 Por; : 16.06 %; : 61.46 %; Ener. z T: 25.28 %; Ener. z Bł.: 2.60 %; K: 3563.66 mg;
2025-02-23 niedziela Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej. 60 g (JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Ser mozzarella kulki 25 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Mandarynka 150 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.) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej. 60 g (JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Mandarynka 150 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.) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej. 60 g (JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.) Ser mozzarella kulki 25 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mandarynka 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE.) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej. 60 g (JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.) Ser mozzarella kulki 25 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mandarynka 150 g	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.) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej. 60 g (JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Mandarynka 150 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej. 60 g (JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Mandarynka 150 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Wafle ryżowe 30 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej. 60 g (JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Mandarynka 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wiązanych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 60 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Wafle ryżowe 30 g

Jadłospisy z 7. tygodnia, tj. od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-02-23 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	
2025-02-23 niedziela	II ŚN	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Młeks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g (<u>MLE,</u>) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ,</u>)								
		Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE,</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE,</u>) Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 100 g (<u>MLE,</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE,</u>) Brokuł gotowany* 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE,</u>) Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 80 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE,</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml					
PD										

Jadłospisy z 7. tygodnia, tj. od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-02-23 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	
2025-02-23 niedziela	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek prażonych 80 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>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ.</u>) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ.</u>) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	
	PN	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)				Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2320.53 kcal; Białko ogółem: 100.22 g; Tłuszcz: 75.18 g; Kw. tł. nasy.: 32.20 g; Węglowodany ogółem: 323.32 g; W tym cukry: 98.57 g; Błonnik pok.: 27.25 g; Sól: 7.16 g; WW: 29.62 Por; : 17.28 %; : 55.73 %; Ener. z T: 29.16 %; Ener. z Bł.: 2.35 %; K: 4075.78 mg;	Wartość energetyczna: 2335.84 kcal; Białko ogółem: 102.46 g; Tłuszcz: 68.46 g; Kw. tł. nasy.: 28.82 g; Węglowodany ogółem: 340.15 g; W tym cukry: 99.83 g; Błonnik pok.: 26.67 g; Sól: 6.64 g; WW: 31.34 Por; : 17.55 %; : 58.25 %; Ener. z T: 26.38 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 4371.42 mg;	Wartość energetyczna: 2681.17 kcal; Białko ogółem: 134.72 g; Tłuszcz: 94.97 g; Kw. tł. nasy.: 45.31 g; Węglowodany ogółem: 339.48 g; W tym cukry: 79.39 g; Błonnik pok.: 33.91 g; Sól: 10.45 g; WW: 30.61 Por; : 20.10 %; : 50.65 %; Ener. z T: 31.88 %; Ener. z Bł.: 2.53 %; K: 4591.52 mg;	Wartość energetyczna: 1752.95 kcal; Białko ogółem: 106.69 g; Tłuszcz: 68.73 g; Kw. tł. nasy.: 25.32 g; Węglowodany ogółem: 190.17 g; W tym cukry: 21.77 g; Błonnik pok.: 26.62 g; Sól: 9.46 g; WW: 16.37 Por; : 24.35 %; : 43.39 %; Ener. z T: 35.29 %; Ener. z Bł.: 3.04 %; K: 3379.74 mg;	Wartość energetyczna: 2472.16 kcal; Białko ogółem: 118.26 g; Tłuszcz: 74.28 g; Kw. tł. nasy.: 34.69 g; Węglowodany ogółem: 342.55 g; W tym cukry: 100.06 g; Błonnik pok.: 16.52 g; Sól: 7.20 g; WW: 32.68 Por; : 19.13 %; : 55.42 %; Ener. z T: 27.04 %; Ener. z Bł.: 1.34 %; K: 4060.14 mg;	Wartość energetyczna: 2285.94 kcal; Białko ogółem: 101.61 g; Tłuszcz: 67.87 g; Kw. tł. nasy.: 28.71 g; Węglowodany ogółem: 327.39 g; W tym cukry: 99.19 g; Błonnik pok.: 21.51 g; Sól: 6.22 g; WW: 30.57 Por; : 17.78 %; : 57.29 %; Ener. z T: 26.72 %; Ener. z Bł.: 1.88 %; K: 4220.92 mg;	Wartość energetyczna: 2054.65 kcal; Białko ogółem: 100.10 g; Tłuszcz: 59.98 g; Kw. tł. nasy.: 19.71 g; Węglowodany ogółem: 288.78 g; W tym cukry: 76.62 g; Błonnik pok.: 19.28 g; Sól: 9.62 g; WW: 26.91 Por; : 19.49 %; : 56.22 %; Ener. z T: 26.27 %; Ener. z Bł.: 1.88 %; K: 3664.52 mg;	Wartość energetyczna: 2005.86 kcal; Białko ogółem: 79.23 g; Tłuszcz: 47.08 g; Kw. tł. nasy.: 18.65 g; Węglowodany ogółem: 329.57 g; W tym cukry: 92.44 g; Błonnik pok.: 26.67 g; Sól: 6.23 g; WW: 30.26 Por; : 15.80 %; : 65.72 %; Ener. z T: 21.12 %; Ener. z Bł.: 2.66 %; K: 3850.84 mg;	Wartość energetyczna: 2151.20 kcal; Białko ogółem: 99.52 g; Tłuszcz: 61.00 g; Kw. tł. nasy.: 19.86 g; Węglowodany ogółem: 314.59 g; W tym cukry: 77.50 g; Błonnik pok.: 24.80 g; Sól: 9.71 g; WW: 28.99 Por; : 18.50 %; : 58.50 %; Ener. z T: 25.52 %; Ener. z Bł.: 2.31 %; K: 3837.42 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 JEĆZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

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