

Jadłospisy z 5. tygodnia, tj. od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-09 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- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna
2025-02-03 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g Masło extra 82% 14 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 60 g Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g Masło extra 82% 14 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g Bułka pszenna długa krojona 40 g Masło extra 82% 14 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 60 g Twarożek na słodko 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml Bułka pszenna długa krojona 60 g Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g Masło extra 82% 14 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 60 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g Masło extra 82% 14 g Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 80 g Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g Chrupki kukurydziane 20 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g Masło extra 82% 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g Masło extra 82% 14 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g
		II	SN	Jabłko 150 g						
		Obiad	Brokułowa z ryżem * 400 ml Pierogi leniwe z masłem i bułką tartą () 300 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml Pierogi leniwe z masłem () 300 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml Pierogi leniwe z masłem () 350 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g Sos koperkowy * 50 ml Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g Sos koperkowy * 50 ml Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml Pierogi leniwe z masłem i bułką tartą () 300 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g Sos koperkowy *(bez mleka) 50 ml Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml Pierogi leniwe z masłem () 300 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml
PD	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt		Jogurt naturalny 150g 1 szt	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt	Chrupki kukurydziane 25 g	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt		

Jadłospisy z 5. tygodnia, tj. od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-09 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- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	
2025-02-03 poniedziałek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g Masło extra 82% 14 g Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 60 g Papryka świeża 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g Chleb razowy pszenno-żytni 35 g Masło extra 82% 14 g Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g Masło extra 82% 14 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Polędwica 60 g Sopocka wieprzowa,wędzona na parzona z dodatkiem wody. 60 g Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 60 g Papryka świeża 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki jęczmieńne na mleku 300 ml Bułka pszenna długa krojona 60 g Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g Masło extra 82% 14 g Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 60 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g Masło extra 82% 14 g Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 60 g Papryka świeża 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Polędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Sałata zielona 20 g Bułka pszenna długa krojona 60 g Chleb razowy pszenno-żytni 35 g Masło extra 82% 14 g Pasta z twarogu z koperkiem 30 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g Chleb razowy pszenno-żytni 35 g Masło extra 82% 14 g Pasta z twarogu z koperkiem 30 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Polędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g Miks tłuszczowy do smarowania 75% 20 g Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową,wędzona,parzona 30 g		Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt		

Jadłospisy z 5. tygodnia, tj. od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-09 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- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna
2025-02-03 poniedziałek	Wartość energetyczna: 2220.23 kcal; Białko ogółem: 75.02 g; Tłuszcz: 75.44 g; Kw. tł. nasy.: 39.39 g; Węglowodany ogółem: 323.33 g; W tym cukry: 98.66 g; Błonnik pok.: 33.24 g; Sól: 6.11 g; WW: 29.05 Por; : 13.51 %; : 58.25 %; Ener. z T: 30.58 %; Ener. z Bł.: 2.99 %; K: 3295.79 mg;	Wartość energetyczna: 2219.21 kcal; Białko ogółem: 80.25 g; Tłuszcz: 73.96 g; Kw. tł. nasy.: 38.96 g; Węglowodany ogółem: 321.40 g; W tym cukry: 96.03 g; Błonnik pok.: 30.22 g; Sól: 5.76 g; WW: 29.13 Por; : 14.46 %; : 57.93 %; Ener. z T: 29.99 %; Ener. z Bł.: 2.72 %; K: 3506.66 mg;	Wartość energetyczna: 2502.13 kcal; Białko ogółem: 104.06 g; Tłuszcz: 81.06 g; Kw. tł. nasy.: 43.50 g; Węglowodany ogółem: 354.49 g; W tym cukry: 103.85 g; Błonnik pok.: 36.49 g; Sól: 7.32 g; WW: 31.87 Por; : 16.64 %; : 56.67 %; Ener. z T: 29.16 %; Ener. z Bł.: 2.92 %; K: 3787.95 mg;	Wartość energetyczna: 1942.68 kcal; Białko ogółem: 76.53 g; Tłuszcz: 74.00 g; Kw. tł. nasy.: 25.63 g; Węglowodany ogółem: 262.42 g; W tym cukry: 49.29 g; Błonnik pok.: 39.78 g; Sól: 7.26 g; WW: 22.36 Por; : 15.76 %; : 54.03 %; Ener. z T: 34.28 %; Ener. z Bł.: 4.10 %; K: 4387.02 mg;	Wartość energetyczna: 2613.02 kcal; Białko ogółem: 101.25 g; Tłuszcz: 83.96 g; Kw. tł. nasy.: 36.58 g; Węglowodany ogółem: 379.36 g; W tym cukry: 118.80 g; Błonnik pok.: 32.55 g; Sól: 8.27 g; WW: 34.72 Por; : 15.50 %; : 58.07 %; Ener. z T: 28.92 %; Ener. z Bł.: 2.49 %; K: 4659.23 mg;	Wartość energetyczna: 2218.76 kcal; Białko ogółem: 88.87 g; Tłuszcz: 65.46 g; Kw. tł. nasy.: 36.53 g; Węglowodany ogółem: 329.28 g; W tym cukry: 100.06 g; Błonnik pok.: 27.77 g; Sól: 4.94 g; WW: 30.20 Por; : 16.02 %; : 59.36 %; Ener. z T: 26.55 %; Ener. z Bł.: 2.50 %; K: 3307.40 mg;	Wartość energetyczna: 1958.27 kcal; Białko ogółem: 76.17 g; Tłuszcz: 44.37 g; Kw. tł. nasy.: 13.31 g; Węglowodany ogółem: 327.93 g; W tym cukry: 108.68 g; Błonnik pok.: 30.84 g; Sól: 6.99 g; WW: 29.85 Por; : 15.56 %; : 66.98 %; Ener. z T: 20.39 %; Ener. z Bł.: 3.15 %; K: 3668.93 mg;	Wartość energetyczna: 2067.17 kcal; Białko ogółem: 75.61 g; Tłuszcz: 56.71 g; Kw. tł. nasy.: 27.39 g; Węglowodany ogółem: 327.76 g; W tym cukry: 89.62 g; Błonnik pok.: 31.74 g; Sól: 5.53 g; WW: 29.64 Por; : 14.63 %; : 63.42 %; Ener. z T: 24.69 %; Ener. z Bł.: 3.07 %; K: 3243.36 mg;	Wartość energetyczna: 1860.56 kcal; Białko ogółem: 50.98 g; Tłuszcz: 54.19 g; Kw. tł. nasy.: 27.87 g; Węglowodany ogółem: 306.47 g; W tym cukry: 76.52 g; Błonnik pok.: 31.54 g; Sól: 4.34 g; WW: 27.53 Por; : 10.96 %; : 65.89 %; Ener. z T: 26.22 %; Ener. z Bł.: 3.39 %; K: 3030.11 mg;	Wartość energetyczna: 1814.50 kcal; Białko ogółem: 66.23 g; Tłuszcz: 51.02 g; Kw. tł. nasy.: 15.96 g; Węglowodany ogółem: 285.83 g; W tym cukry: 106.73 g; Błonnik pok.: 29.85 g; Sól: 6.58 g; WW: 25.75 Por; : 14.60 %; : 63.01 %; Ener. z T: 25.31 %; Ener. z Bł.: 3.29 %; K: 3743.37 mg;
2025-02-04 wtorek	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g Masło extra 82% 14 g Paszet Ciechanowski-Paszet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 60 g Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Mandarynka 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g Masło extra 82% 14 g Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml Mandarynka 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g Bułka pszenna długa krojona 40 g Masło extra 82% 14 g Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml Bułka pszenna długa krojona 60 g Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g Masło extra 82% 14 g Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml Mandarynka 150 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g Masło extra 82% 14 g Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml Mandarynka 150 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Mandarynka 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g Masło extra 82% 10 g Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml Mandarynka 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g Masło extra 82% 14 g Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 25 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Mandarynka 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Mandarynka 150 g
II ŚN				Mandarynka 150 g						

Jadłospisy z 5. tygodnia, tj. od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-09 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- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna
2025-02-04 wtorek	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml Makaron 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy* 50 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml Makaron 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy* 50 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml Makaron pełnoziarnisty 100 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy* 50 ml Dyńia duszona z olejem* 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml Makaron 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy* 50 ml Dyńia duszona z olejem* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml Makaron 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy* 50 ml Dyńia duszona z olejem* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * (bez mleka) () 400 ml Makaron 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Dyńia duszona z olejem* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos szpinakowy* 50 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml Makaron 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Dyńia duszona z olejem* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos szpinakowy* 50 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml Makaron z warzywami* 300 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * (bez mleka) () 400 ml Makaron 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Dyńia duszona z olejem* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos szpinakowy* 50 ml
	PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g Masło extra 82% 5 g Jajko gotowane kl M 0,5 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g Jajko gotowane kl M 0,5 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g Masło extra 82% 5 g Jajko gotowane kl M 0,5 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g Masło extra 82% 5 g Jajko gotowane kl M 0,5 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g Masło extra 82% 5 g Jajko gotowane kl M 0,5 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g Masło extra 82% 5 g Jajko gotowane kl M 0,5 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g Masło extra 82% 5 g Jajko gotowane kl M 0,5 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g Masło extra 82% 5 g Jajko gotowane kl M 0,5 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g Masło extra 82% 5 g Jajko gotowane kl M 0,5 szt

Jadłospisy z 5. tygodnia, tj. od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-09 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- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	
2025-02-04 wtorek	Kolacja	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g Masło extra 82% 14 g Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g Masło extra 82% 14 g Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g Masło extra 82% 14 g Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g Chleb mieszaný pszenno-żytni 35 g Masło extra 82% 14 g Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Ryż na mleku 300 ml Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g Masło extra 82% 14 g Schab Maryny-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g Masło extra 82% 10 g Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g Masło extra 82% 14 g Miod 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g Pomidor 100 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: 2197.11 kcal; Białko ogółem: 95.27 g; Tłuszcz: 61.14 g; Kw. tł. nasy.: 26.73 g; Węglowodany ogółem: 326.96 g; W tym cukry: 84.47 g; Błonnik pok.: 27.50 g; Sól: 8.82 g; WW: 29.82 Por; : 17.34 %; : 59.52 %; Ener. z T: 25.04 %; Ener. z Bł.: 2.50 %; K: 3625.47 mg;	Wartość energetyczna: 2131.91 kcal; Białko ogółem: 93.43 g; Tłuszcz: 52.71 g; Kw. tł. nasy.: 23.16 g; Węglowodany ogółem: 332.20 g; W tym cukry: 85.94 g; Błonnik pok.: 27.11 g; Sól: 7.01 g; WW: 30.44 Por; : 17.53 %; : 62.33 %; Ener. z T: 22.25 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 3782.56 mg;	Wartość energetyczna: 2472.73 kcal; Białko ogółem: 120.98 g; Tłuszcz: 68.84 g; Kw. tł. nasy.: 33.26 g; Węglowodany ogółem: 355.29 g; W tym cukry: 83.72 g; Błonnik pok.: 29.99 g; Sól: 8.32 g; WW: 32.57 Por; : 19.57 %; : 57.47 %; Ener. z T: 25.06 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 4023.04 mg;	Wartość energetyczna: 1534.29 kcal; Białko ogółem: 77.78 g; Tłuszcz: 39.68 g; Kw. tł. nasy.: 11.31 g; Węglowodany ogółem: 229.64 g; W tym cukry: 47.07 g; Błonnik pok.: 32.66 g; Sól: 8.55 g; WW: 19.58 Por; : 20.28 %; : 59.87 %; Ener. z T: 23.27 %; Ener. z Bł.: 4.26 %; K: 3391.90 mg;	Wartość energetyczna: 2373.31 kcal; Białko ogółem: 102.54 g; Tłuszcz: 50.68 g; Kw. tł. nasy.: 23.39 g; Węglowodany ogółem: 387.88 g; W tym cukry: 124.41 g; Błonnik pok.: 16.98 g; Sól: 7.41 g; WW: 37.09 Por; : 17.28 %; : 65.37 %; Ener. z T: 19.22 %; Ener. z Bł.: 1.43 %; K: 3149.62 mg;	Wartość energetyczna: 2109.25 kcal; Białko ogółem: 96.94 g; Tłuszcz: 54.59 g; Kw. tł. nasy.: 24.58 g; Węglowodany ogółem: 316.20 g; W tym cukry: 85.62 g; Błonnik pok.: 21.95 g; Sól: 7.15 g; WW: 29.34 Por; : 18.38 %; : 59.96 %; Ener. z T: 23.29 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 3632.06 mg;	Wartość energetyczna: 1959.67 kcal; Białko ogółem: 95.52 g; Tłuszcz: 43.90 g; Kw. tł. nasy.: 14.86 g; Węglowodany ogółem: 304.21 g; W tym cukry: 79.27 g; Błonnik pok.: 22.71 g; Sól: 6.40 g; WW: 28.01 Por; : 19.50 %; : 62.09 %; Ener. z T: 20.16 %; Ener. z Bł.: 2.32 %; K: 3478.11 mg;	Wartość energetyczna: 2072.07 kcal; Białko ogółem: 93.37 g; Tłuszcz: 46.11 g; Kw. tł. nasy.: 18.79 g; Węglowodany ogółem: 332.14 g; W tym cukry: 85.89 g; Błonnik pok.: 27.11 g; Sól: 7.01 g; WW: 30.43 Por; : 18.03 %; : 64.12 %; Ener. z T: 20.03 %; Ener. z Bł.: 2.62 %; K: 3780.56 mg;	Wartość energetyczna: 1875.50 kcal; Białko ogółem: 43.84 g; Tłuszcz: 40.66 g; Kw. tł. nasy.: 20.89 g; Węglowodany ogółem: 347.16 g; W tym cukry: 75.44 g; Błonnik pok.: 24.18 g; Sól: 4.12 g; WW: 32.32 Por; : 9.35 %; : 74.04 %; Ener. z T: 19.51 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 2632.02 mg;	Wartość energetyczna: 1841.65 kcal; Białko ogółem: 87.18 g; Tłuszcz: 43.15 g; Kw. tł. nasy.: 14.32 g; Węglowodany ogółem: 284.26 g; W tym cukry: 78.29 g; Błonnik pok.: 21.99 g; Sól: 6.07 g; WW: 26.10 Por; : 18.94 %; : 61.74 %; Ener. z T: 21.09 %; Ener. z Bł.: 2.39 %; K: 3433.31 mg;

Jadłospisy z 5. tygodnia, tj. od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-09 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- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna
2025-02-05 środa	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g	Bułka pszenna długa krojona 40 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g
		Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g	Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g	Masło extra 82% 14 g	Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g
		Masło extra 82% 14 g	Masło extra 82% 14 g	Masło extra 82% 14 g	Twaróg półtłusty 60 g	Twaróg półtłusty 35 g	Twaróg półtłusty 60 g	Masło extra 82% 10 g	Masło extra 82% 14 g	Masło extra 82% 14 g
		Twaróg półtłusty 60 g	Twaróg półtłusty 60 g	Twaróg półtłusty 60 g	Salata zielona 20 g	Masło extra 82% 14 g	Twaróg półtłusty 60 g	Twaróg półtłusty 60 g	Twaróg półtłusty 30 g	Twaróg półtłusty 30 g
		Salata zielona 20 g	Salata zielona 20 g	Jajko gotowane kl M 0,5 szt	Jabłko 150 g	Twaróg półtłusty 60 g	Salata zielona 20 g	Salata zielona 20 g	Salata zielona 20 g	Salata zielona 20 g
		Banan 1szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt	Salata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml	Banan 1szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt
		Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml	Banan 1szt. 1 szt		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
		Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml		Masło extra 82% 5 g	Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g
		Masło extra 82% 5 g	Masło extra 82% 5 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g		Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 30 g		Masło extra 82% 5 g	Masło extra 82% 5 g	Masło extra 82% 5 g
		Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 30 g	Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 30 g	Masło extra 82% 5 g				Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 30 g	Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 30 g	Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 30 g
				Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 60 g						
					Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g					
					Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g					
					Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 30 g					

Jadłospisy z 5. tygodnia, tj. od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-09 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- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna
2025-02-05 środa	Obiad	Grycikowa * 400 ml Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g Sos jarzynowy * 50 ml Buraczki oprószone () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grycikowa * 400 ml Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g Sos jarzynowy * 50 ml Buraczki oprószone () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grycikowa * 400 ml Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 100 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g Sos jarzynowy * 50 ml Kalafior gotowany* 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Grycikowa * 400 ml Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g Sos jarzynowy * 50 ml Buraczki oprószone () 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grycikowa * 400 ml Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g Sos jarzynowy * 50 ml Buraczki oprószone () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grycikowa * 400 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g Sos jarzynowy * 50 ml Buraczki oprószone () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grycikowa * 400 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g Sos jarzynowy * 50 ml Buraczki oprószone () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grycikowa * 400 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g Sos jarzynowy * 50 ml Buraczki oprószone () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grycikowa * 400 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g Sos jarzynowy * 50 ml Buraczki oprószone () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
		PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt				Jogurt naturalny 150g 1 szt	Biszkopty b/ml 30 g	Banan 150 g	Biszkopty b/ml 30 g
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 60 g Chleb razowy żytnio-pszeniczny 35 g Masło extra 82% 14 g Paszтет z soczewicy * 40 g Ser mozzarella kulki 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g Chleb razowy żytnio-pszeniczny 35 g Masło extra 82% 14 g Szynka rodzinna-wędzonka ka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g Ser mozzarella kulki 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g Paszтет z soczewicy * 40 g Ser mozzarella kulki 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g Paszтет z soczewicy * 40 g Ser mozzarella kulki 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Bułka pszenna długa krojona 60 g Chleb mieszanym żytnio-żytni 35 g Masło extra 82% 14 g Szynka rodzinna-wędzonka ka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g Ser mozzarella kulki 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g Masło extra 82% 14 g Szynka rodzinna-wędzonka ka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g Ser mozzarella kulki 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g Chleb razowy żytnio-pszeniczny 35 g Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g Szynka rodzinna-wędzonka ka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g Chleb razowy żytnio-pszeniczny 35 g Masło extra 82% 14 g Szynka rodzinna-wędzonka ka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g Chleb razowy żytnio-pszeniczny 35 g Masło extra 82% 14 g Szynka zielonogórska-wp. parzona 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml

Jadłospisy z 5. tygodnia, tj. od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-09 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- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna
PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt					Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt				
	Wartość energetyczna: 2593.05 kcal; Białko ogółem: 88.75 g; Tłuszcz: 91.95 g; Kw. tł. nasy.: 35.16 g; Węglowodany ogółem: 364.92 g; W tym cukry: 110.79 g; Błonnik pok.: 29.87 g; Sól: 6.51 g; WW: 33.59 Por; : 13.69 %; : 56.29 %; Ener. z T: 31.92 %; Ener. z Bł.: 2.30 %; K: 4571.97 mg;	Wartość energetyczna: 2348.03 kcal; Białko ogółem: 92.98 g; Tłuszcz: 62.39 g; Kw. tł. nasy.: 33.18 g; Węglowodany ogółem: 365.71 g; W tym cukry: 119.70 g; Błonnik pok.: 26.17 g; Sól: 7.32 g; WW: 34.04 Por; : 15.84 %; : 62.30 %; Ener. z T: 23.91 %; Ener. z Bł.: 2.23 %; K: 4743.53 mg;	Wartość energetyczna: 2564.63 kcal; Białko ogółem: 106.35 g; Tłuszcz: 76.28 g; Kw. tł. nasy.: 39.94 g; Węglowodany ogółem: 378.37 g; W tym cukry: 121.26 g; Błonnik pok.: 32.60 g; Sól: 8.96 g; WW: 34.70 Por; : 16.59 %; : 59.01 %; Ener. z T: 26.77 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 4997.03 mg;	Wartość energetyczna: 1781.52 kcal; Białko ogółem: 76.86 g; Tłuszcz: 59.92 g; Kw. tł. nasy.: 21.17 g; Węglowodany ogółem: 248.56 g; W tym cukry: 54.21 g; Błonnik pok.: 32.56 g; Sól: 5.40 g; WW: 21.61 Por; : 17.26 %; : 55.81 %; Ener. z T: 30.27 %; Ener. z Bł.: 3.66 %; K: 3390.75 mg;	Wartość energetyczna: 2221.62 kcal; Białko ogółem: 90.54 g; Tłuszcz: 55.66 g; Kw. tł. nasy.: 28.42 g; Węglowodany ogółem: 349.31 g; W tym cukry: 98.32 g; Błonnik pok.: 21.48 g; Sól: 6.19 g; WW: 32.81 Por; : 16.30 %; : 62.89 %; Ener. z T: 22.55 %; Ener. z Bł.: 1.93 %; K: 3830.36 mg;	Wartość energetyczna: 2298.13 kcal; Białko ogółem: 92.13 g; Tłuszcz: 61.80 g; Kw. tł. nasy.: 33.08 g; Węglowodany ogółem: 352.95 g; W tym cukry: 119.06 g; Błonnik pok.: 21.01 g; Sól: 6.90 g; WW: 33.27 Por; : 16.04 %; : 61.43 %; Ener. z T: 24.20 %; Ener. z Bł.: 1.83 %; K: 4593.03 mg;	Wartość energetyczna: 2071.76 kcal; Białko ogółem: 80.04 g; Tłuszcz: 44.75 g; Kw. tł. nasy.: 16.39 g; Węglowodany ogółem: 347.19 g; W tym cukry: 94.60 g; Błonnik pok.: 21.01 g; Sól: 8.42 g; WW: 32.66 Por; : 15.45 %; : 67.03 %; Ener. z T: 19.44 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 4021.31 mg;	Wartość energetyczna: 2178.56 kcal; Białko ogółem: 78.63 g; Tłuszcz: 44.15 g; Kw. tł. nasy.: 19.14 g; Węglowodany ogółem: 380.80 g; W tym cukry: 134.37 g; Błonnik pok.: 28.72 g; Sól: 6.60 g; WW: 35.33 Por; : 14.44 %; : 69.92 %; Ener. z T: 18.24 %; Ener. z Bł.: 2.64 %; K: 4836.03 mg;	Wartość energetyczna: 1974.15 kcal; Białko ogółem: 47.88 g; Tłuszcz: 40.74 g; Kw. tł. nasy.: 22.15 g; Węglowodany ogółem: 366.98 g; W tym cukry: 114.07 g; Błonnik pok.: 25.88 g; Sól: 4.86 g; WW: 34.23 Por; : 9.70 %; : 74.36 %; Ener. z T: 18.57 %; Ener. z Bł.: 2.62 %; K: 3849.93 mg;	Wartość energetyczna: 2004.98 kcal; Białko ogółem: 71.84 g; Tłuszcz: 43.39 g; Kw. tł. nasy.: 15.97 g; Węglowodany ogółem: 342.07 g; W tym cukry: 112.10 g; Błonnik pok.: 20.29 g; Sól: 7.05 g; WW: 32.27 Por; : 14.33 %; : 68.24 %; Ener. z T: 19.48 %; Ener. z Bł.: 2.02 %; K: 3976.68 mg;

Jadłospisy z 5. tygodnia, tj. od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-09 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- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	
2025-02-06 czwartek	Śniadanie	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g Masło extra 82% 14 g Pasta z twarogu i cebuli 60 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por Bułka pszenna długa krojona 60 g Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g Masło extra 82% 14 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por Bułka pszenna długa krojona 40 g Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g Masło extra 82% 14 g Twaróg półtłusty 60 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobiona 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g Masło extra 82% 5 g Jajko gotowane kl M 0,5 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pasta z twarogu i cebuli 60 g Ogórek kiszony 100 g Sałata zielona 20 g	Zacierka na mleku 200 ml Bułka pszenna długa krojona 60 g Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g Masło extra 82% 14 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g Marchew gotowana z olejem* 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por Bułka pszenna długa krojona 80 g Masło extra 82% 14 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 80 g Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobiona 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por Bułka pszenna długa krojona 60 g Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g Masło extra 82% 14 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 60 g Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g Masło extra 82% 14 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 30 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 60 g Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobiona 80 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt
		II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g Jajko gotowane kl M 0,5 szt						

Jadłospisy z 5. tygodnia, tj. od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-09 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- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna		
2025-02-06 czwartek	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml Gołąbek siekany z mięsa wp 250 g Sos pomidorowy 70 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 400 g Sos pomidorowy 50 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 440 g Sos pomidorowy 50 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 300 ml Risotto (br.) z mięsem wieprzowym i warzywami () 400 g Sos pomidorowy 50 ml Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 400 g Sos pomidorowy 50 ml Cukinia pieczona z olejem * 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 400 g Sos pomidorowy 50 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami (). 400 g Sos pomidorowy 50 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g Sos pomidorowy 50 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 400 g Sos pomidorowy 50 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 400 g Sos pomidorowy 50 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
		PD	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g Masło extra 82% 5 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml					
			Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g Masło extra 82% 14 g Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g Sałatka jarzynowa () 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g Masło extra 82% 14 g Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g Masło extra 82% 14 g Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g Mięso tłuszczone do smarowania 75% 10 g Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki jęczmieńne na mleku 300 ml Bułka pszenna długa krojona 60 g Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g Masło extra 82% 14 g Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g Sałatka jarzynowa - dieta () 80 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g Masło extra 82% 14 g Schab Maryny-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 60 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową, wędzona, parzona 60 g Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g Masło extra 82% 10 g Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g Masło extra 82% 10 g Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 25 g Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml

Jadłospisy z 5. tygodnia, tj. od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-09 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca Cukrzycowa	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	
2025-02-06 czwartek	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt					Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt					
		Wartość energetyczna: 2095.32 kcal; Białko ogółem: 77.41 g; Tłuszcz: 75.77 g; Kw. tł. nasy.: 27.17 g; Węglowodany ogółem: 284.09 g; W tym cukry: 94.83 g; Błonnik pok.: 24.73 g; Sól: 7.96 g; WW: 25.95 Por; : 14.78 %; : 54.23 %; Ener. z T: 32.55 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 3420.22 mg;	Wartość energetyczna: 2360.64 kcal; Białko ogółem: 80.10 g; Tłuszcz: 71.28 g; Kw. tł. nasy.: 24.74 g; Węglowodany ogółem: 360.24 g; W tym cukry: 98.82 g; Błonnik pok.: 27.40 g; Sól: 5.69 g; WW: 33.33 Por; : 13.57 %; : 61.04 %; Ener. z T: 27.17 %; Ener. z Bł.: 2.32 %; K: 3883.93 mg;	Wartość energetyczna: 2719.11 kcal; Białko ogółem: 116.10 g; Tłuszcz: 94.65 g; Kw. tł. nasy.: 35.29 g; Węglowodany ogółem: 366.39 g; W tym cukry: 31.54 g; Błonnik pok.: 60.03 g; Błonnik pok.: 36.24 g; Sól: 9.22 g; WW: 33.06 Por; : 17.08 %; : 53.90 %; Ener. z T: 31.33 %; Ener. z Bł.: 2.67 %; K: 4293.86 mg;	Wartość energetyczna: 1956.16 kcal; Białko ogółem: 80.25 g; Tłuszcz: 66.82 g; Kw. tł. nasy.: 18.66 g; Węglowodany ogółem: 281.79 g; W tym cukry: 31.54 g; Błonnik pok.: 50.52 g; Sól: 7.73 g; WW: 23.15 Por; : 16.41 %; : 57.62 %; Ener. z T: 30.74 %; Ener. z Bł.: 5.17 %; K: 4032.10 mg;	Wartość energetyczna: 2427.28 kcal; Białko ogółem: 92.82 g; Tłuszcz: 77.48 g; Kw. tł. nasy.: 28.64 g; Węglowodany ogółem: 350.72 g; W tym cukry: 71.14 g; Błonnik pok.: 24.29 g; Sól: 6.71 g; WW: 32.74 Por; : 15.30 %; : 57.80 %; Ener. z T: 28.73 %; Ener. z Bł.: 2.00 %; K: 3899.25 mg;	Wartość energetyczna: 2337.98 kcal; Białko ogółem: 83.61 g; Tłuszcz: 73.15 g; Kw. tł. nasy.: 26.16 g; Węglowodany ogółem: 344.25 g; W tym cukry: 98.50 g; Błonnik pok.: 22.24 g; Sól: 5.82 g; WW: 32.23 Por; : 14.30 %; : 58.90 %; Ener. z T: 28.16 %; Ener. z Bł.: 1.90 %; K: 3733.43 mg;	Wartość energetyczna: 2324.41 kcal; Białko ogółem: 82.45 g; Tłuszcz: 74.81 g; Kw. tł. nasy.: 19.62 g; Węglowodany ogółem: 339.21 g; W tym cukry: 91.38 g; Błonnik pok.: 22.54 g; Sól: 6.43 g; WW: 31.63 Por; : 14.19 %; : 58.37 %; Ener. z T: 28.97 %; Ener. z Bł.: 1.94 %; K: 3556.43 mg;	Wartość energetyczna: 2228.80 kcal; Białko ogółem: 80.04 g; Tłuszcz: 56.68 g; Kw. tł. nasy.: 19.82 g; Węglowodany ogółem: 360.19 g; W tym cukry: 98.77 g; Błonnik pok.: 27.40 g; Sól: 5.69 g; WW: 33.32 Por; : 14.37 %; : 64.64 %; Ener. z T: 22.89 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 3881.93 mg;	Wartość energetyczna: 1909.51 kcal; Białko ogółem: 42.46 g; Tłuszcz: 50.29 g; Kw. tł. nasy.: 16.36 g; Węglowodany ogółem: 332.22 g; W tym cukry: 92.51 g; Błonnik pok.: 26.99 g; Sól: 4.66 g; WW: 30.49 Por; : 8.89 %; : 69.59 %; Ener. z T: 23.70 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 3317.31 mg;	Wartość energetyczna: 2323.09 kcal; Białko ogółem: 81.24 g; Tłuszcz: 68.87 g; Kw. tł. nasy.: 16.58 g; Węglowodany ogółem: 356.08 g; W tym cukry: 92.19 g; Błonnik pok.: 27.70 g; Sól: 7.47 g; WW: 32.81 Por; : 13.99 %; : 61.31 %; Ener. z T: 26.68 %; Ener. z Bł.: 2.38 %; K: 3706.93 mg;	

Jadłospisy z 5. tygodnia, tj. od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-09 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- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna
2025-02-07 piątek Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g Masło extra 82% 14 g Twarożek 60 g Dżem 25 g 1 szt Mandarynka 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g Masło extra 82% 5 g Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 30 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g Masło extra 82% 14 g Dżem 25 g 1 szt Twarożek 60 g Sałata zielona 20 g Mandarynka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g Masło extra 82% 5 g Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 30 g	Kasza manna na mleku 300 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g Bułka pszenna długa krojona 40 g Masło extra 82% 14 g Twarożek 60 g Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 60 g Mandarynka 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 30 g Twarożek 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml Bułka pszenna długa krojona 60 g Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g Masło extra 82% 14 g Twarożek 60 g Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g Masło extra 82% 14 g Twarożek 60 g Dżem 25 g 1 szt Mandarynka 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g Masło extra 82% 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt Mandarynka 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g Masło extra 82% 5 g Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 30 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g Masło extra 82% 10 g Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Twarożek 60 g Mandarynka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g Masło extra 82% 5 g Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 30 g	Kasza manna na mleku 300 ml Bułka pszenna długa krojona 60 g Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g Masło extra 82% 14 g Dżem 25 g 2 szt Mandarynka 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g Masło extra 82% 5 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Dżem 25 g 1 szt Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 60 g Mandarynka 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g Masło extra 82% 5 g Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g

Jadłospisy z 5. tygodnia, tj. od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-09 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- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	
2025-02-07 piątek	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g							
	Obiad	Dyniowa z makaronem* 400 ml Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 100 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 300 ml Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 100 g Ryba pieczona (Dorsz) 100 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g Szpinak gotowany z olejem* 150 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 100 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 100 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 100 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 100 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml Pyzy ziemniaczane* 250 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 100 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml
	PD	Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g	Budyń o smaku czekoladowym z/c 150 ml	Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g		Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g	Wafle ryżowe 30 g	Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g			

Jadłospisy z 5. tygodnia, tj. od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-09 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- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna		
2025-02-07 piątek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g Masło extra 82% 14 g Pasta z jaj z natką pietruszki -dieta 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g Masło extra 82% 14 g Pasta z jaj z natką pietruszki -dieta 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g Masło extra 82% 14 g Pasta z jaj z natką pietruszki -dieta 60 g Szynka piastowska-wędzona, parzona z wodą dodaną. 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g Pasta z jaj z natką pietruszki -dieta 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml Bułka pszenna długa krojona 60 g Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g Masło extra 82% 14 g Pasta z jaj z natką pietruszki -dieta 60 g Marchew gotowana z olejem* 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g Masło extra 82% 14 g Pasta z jaj z natką pietruszki -dieta 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Jajko gotowane kl M 1 szt Szynka zielonogórska-wp. parzona 20 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g Masło extra 82% 14 g Szynka piastowska-wędzona, parzona z wodą dodaną. 60 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g Masło extra 82% 14 g Jajko gotowane kl M 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g		
		Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt						Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt	Wafle ryżowe 30 g	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt
		PN										
	Wartość energetyczna: 2397.73 kcal; Białko ogółem: 88.20 g; Tłuszcz: 81.42 g; Kw. tł. nasy.: 33.96 g; Węglowodany ogółem: 345.72 g; W tym cukry: 95.35 g; Błonnik pok.: 38.64 g; Sól: 6.54 g; WW: 30.78 Por; : 14.71 %; : 57.67 %; Ener. z T: 30.56 %; Ener. z Bł.: 3.22 %; K: 4761.70 mg;	Wartość energetyczna: 2206.86 kcal; Białko ogółem: 90.44 g; Tłuszcz: 68.03 g; Kw. tł. nasy.: 31.73 g; Węglowodany ogółem: 324.88 g; W tym cukry: 86.16 g; Błonnik pok.: 34.94 g; Sól: 6.18 g; WW: 29.13 Por; : 16.39 %; : 58.88 %; Ener. z T: 27.74 %; Ener. z Bł.: 3.17 %; K: 4686.19 mg;	Wartość energetyczna: 2471.41 kcal; Białko ogółem: 119.16 g; Tłuszcz: 73.52 g; Kw. tł. nasy.: 35.86 g; Węglowodany ogółem: 348.69 g; W tym cukry: 84.64 g; Błonnik pok.: 34.14 g; Sól: 9.95 g; WW: 31.60 Por; : 19.29 %; : 56.44 %; Ener. z T: 26.77 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K: 4766.51 mg;	Wartość energetyczna: 1552.86 kcal; Białko ogółem: 78.26 g; Tłuszcz: 53.98 g; Kw. tł. nasy.: 19.17 g; Węglowodany ogółem: 206.29 g; W tym cukry: 31.93 g; Błonnik pok.: 37.56 g; Sól: 6.08 g; WW: 16.94 Por; : 20.16 %; : 53.14 %; Ener. z T: 31.29 %; Ener. z Bł.: 4.84 %; K: 3921.05 mg;	Wartość energetyczna: 2338.82 kcal; Białko ogółem: 97.18 g; Tłuszcz: 63.78 g; Kw. tł. nasy.: 28.72 g; Węglowodany ogółem: 355.45 g; W tym cukry: 105.16 g; Błonnik pok.: 25.01 g; Sól: 5.81 g; WW: 33.24 Por; : 16.62 %; : 60.79 %; Ener. z T: 24.54 %; Ener. z Bł.: 2.14 %; K: 4073.08 mg;	Wartość energetyczna: 2160.01 kcal; Białko ogółem: 91.41 g; Tłuszcz: 67.53 g; Kw. tł. nasy.: 31.59 g; Węglowodany ogółem: 311.01 g; W tym cukry: 85.77 g; Błonnik pok.: 29.78 g; Sól: 5.75 g; WW: 28.23 Por; : 16.93 %; : 57.59 %; Ener. z T: 28.14 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K: 4535.69 mg;	Wartość energetyczna: 2048.58 kcal; Białko ogółem: 88.86 g; Tłuszcz: 54.56 g; Kw. tł. nasy.: 16.68 g; Węglowodany ogółem: 315.56 g; W tym cukry: 88.56 g; Błonnik pok.: 30.37 g; Sól: 7.43 g; WW: 28.55 Por; : 17.35 %; : 61.62 %; Ener. z T: 23.97 %; Ener. z Bł.: 2.96 %; K: 4197.69 mg;	Wartość energetyczna: 2113.47 kcal; Białko ogółem: 94.31 g; Tłuszcz: 53.35 g; Kw. tł. nasy.: 24.88 g; Węglowodany ogółem: 326.87 g; W tym cukry: 74.96 g; Błonnik pok.: 29.35 g; Sól: 7.36 g; WW: 29.93 Por; : 17.85 %; : 61.87 %; Ener. z T: 22.72 %; Ener. z Bł.: 2.78 %; K: 4102.08 mg;	Wartość energetyczna: 2194.20 kcal; Białko ogółem: 56.78 g; Tłuszcz: 51.72 g; Kw. tł. nasy.: 23.51 g; Węglowodany ogółem: 387.06 g; W tym cukry: 95.20 g; Błonnik pok.: 29.97 g; Sól: 6.79 g; WW: 35.84 Por; : 10.35 %; : 70.56 %; Ener. z T: 21.21 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 2604.38 mg;	Wartość energetyczna: 2099.90 kcal; Białko ogółem: 86.97 g; Tłuszcz: 55.19 g; Kw. tł. nasy.: 16.72 g; Węglowodany ogółem: 330.99 g; W tym cukry: 88.70 g; Błonnik pok.: 35.53 g; Sól: 8.03 g; WW: 29.63 Por; : 16.57 %; : 63.05 %; Ener. z T: 23.66 %; Ener. z Bł.: 3.38 %; K: 4348.19 mg;		

Jadłospisy z 5. tygodnia, tj. od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-09 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- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna
2025-02-08 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g Masło extra 82% 14 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g Masło extra 82% 14 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g Masło extra 82% 14 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałata zielona 20 g Pasta z twarogu z dżemem truskawkowym 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g Masło extra 82% 5 g Jajko gotowane kl M 0,5 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml Bułka pszenna długa krojona 60 g Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g Masło extra 82% 14 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml Pasta warzywna* 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g Masło extra 82% 14 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g Masło extra 82% 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g Masło extra 82% 14 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 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			Kiwi 1 szt 1 szt					
	Obiad	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml Kasza gryczana 200 g Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150 g Sałatka z buraczków i jabłką z olejem () 100 g Sałatka szwedzka () 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml Kasza jęczmienna/sypko 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml Kasza jęczmienna/sypko 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml Kasza gryczana 100 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g Sałatka z buraczków i jabłką z olejem () 100 g Sałatka szwedzka b/c () 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml Kasza jęczmienna/sypko 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g Buraczki gotowane () 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml Kasza jęczmienna/sypko 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g Sałatka z buraczków i jabłką z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml Kasza jęczmienna/sypko 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml Kasza jęczmienna/sypko 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml Kasza jęczmienna/sypko 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml

Jadłospisy z 5. tygodnia, tj. od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-09 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- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	
2025-02-08 sobota	PD										
	Serek ziarnisty 150g 1 szt						Serek ziarnisty 150g 1 szt	Biszkopty b/ml 30 g	Serek ziarnisty 150g 1 szt	Biszkopty b/ml 30 g	
	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g Masło extra 82% 14 g Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt t blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g Masło extra 82% 14 g Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt t blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g Masło extra 82% 14 g Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt t blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g Twarożek 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt t blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml Bułka pszenna długa krojona 60 g Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g Masło extra 82% 14 g Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt t blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml		Bułka pszenna długa krojona 80 g Masło extra 82% 14 g Szynka rodzinna-wędzon ka wieprzowa,wędzo na,parzona z wodą dodaną. 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g Masło extra 82% 10 g Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt t blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g Masło extra 82% 14 g Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt t blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 25 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt t blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
PN						Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt				

Jadłospisy z 5. tygodnia, tj. od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-09 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- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna
2025-02-08 sobota	Wartość energetyczna: 2365.35 kcal; Białko ogółem: 109.93 g; Tłuszcz: 72.64 g; Kw. tł. nasy.: 27.48 g; Węglowodany ogółem: 332.71 g; W tym cukry: 94.54 g; Błonnik pok.: 30.07 g; Sól: 10.31 g; WW: 30.20 Por; : 18.59 %; : 56.26 %; Ener. z T: 27.64 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 3384.51 mg;	Wartość energetyczna: 2278.76 kcal; Białko ogółem: 107.64 g; Tłuszcz: 59.42 g; Kw. tł. nasy.: 27.85 g; Węglowodany ogółem: 343.26 g; W tym cukry: 107.10 g; Błonnik pok.: 29.34 g; Sól: 8.51 g; WW: 31.37 Por; : 18.89 %; : 60.25 %; Ener. z T: 23.47 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 3935.05 mg;	Wartość energetyczna: 2582.20 kcal; Białko ogółem: 137.56 g; Tłuszcz: 76.24 g; Kw. tł. nasy.: 35.49 g; Węglowodany ogółem: 354.53 g; W tym cukry: 96.44 g; Błonnik pok.: 36.84 g; Sól: 9.41 g; WW: 31.77 Por; : 21.31 %; : 54.92 %; Ener. z T: 26.57 %; Ener. z Bł.: 2.85 %; K: 4472.91 mg;	Wartość energetyczna: 1849.22 kcal; Białko ogółem: 104.18 g; Tłuszcz: 58.06 g; Kw. tł. nasy.: 18.12 g; Węglowodany ogółem: 244.94 g; W tym cukry: 45.96 g; Błonnik pok.: 34.70 g; Sól: 9.43 g; WW: 20.94 Por; : 22.54 %; : 52.98 %; Ener. z T: 28.26 %; Ener. z Bł.: 3.75 %; K: 3658.09 mg;	Wartość energetyczna: 2341.76 kcal; Białko ogółem: 97.74 g; Tłuszcz: 67.69 g; Kw. tł. nasy.: 27.93 g; Węglowodany ogółem: 348.90 g; W tym cukry: 80.99 g; Błonnik pok.: 28.24 g; Sól: 7.86 g; WW: 32.05 Por; : 16.70 %; : 59.60 %; Ener. z T: 26.01 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 3912.29 mg;	Wartość energetyczna: 2377.90 kcal; Białko ogółem: 111.36 g; Tłuszcz: 69.64 g; Kw. tł. nasy.: 29.14 g; Węglowodany ogółem: 336.38 g; W tym cukry: 111.13 g; Błonnik pok.: 27.14 g; Sól: 8.49 g; WW: 30.98 Por; : 18.73 %; : 56.58 %; Ener. z T: 26.36 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 3540.93 mg;	Wartość energetyczna: 2046.17 kcal; Białko ogółem: 84.22 g; Tłuszcz: 47.13 g; Kw. tł. nasy.: 15.13 g; Węglowodany ogółem: 333.11 g; W tym cukry: 100.93 g; Błonnik pok.: 27.48 g; Sól: 6.58 g; WW: 30.65 Por; : 16.46 %; : 65.12 %; Ener. z T: 20.73 %; Ener. z Bł.: 2.69 %; K: 3567.78 mg;	Wartość energetyczna: 2218.92 kcal; Białko ogółem: 107.58 g; Tłuszcz: 52.82 g; Kw. tł. nasy.: 23.48 g; Węglowodany ogółem: 343.20 g; W tym cukry: 107.05 g; Błonnik pok.: 29.34 g; Sól: 8.51 g; WW: 31.36 Por; : 19.39 %; : 61.87 %; Ener. z T: 21.42 %; Ener. z Bł.: 2.64 %; K: 3933.05 mg;	Wartość energetyczna: 2079.17 kcal; Białko ogółem: 66.23 g; Tłuszcz: 52.71 g; Kw. tł. nasy.: 21.36 g; Węglowodany ogółem: 351.27 g; W tym cukry: 101.86 g; Błonnik pok.: 31.66 g; Sól: 4.58 g; WW: 31.97 Por; : 12.74 %; : 67.58 %; Ener. z T: 22.82 %; Ener. z Bł.: 3.05 %; K: 3916.15 mg;	Wartość energetyczna: 1912.27 kcal; Białko ogółem: 75.17 g; Tłuszcz: 45.91 g; Kw. tł. nasy.: 15.16 g; Węglowodany ogółem: 312.44 g; W tym cukry: 98.11 g; Błonnik pok.: 23.46 g; Sól: 6.02 g; WW: 28.89 Por; : 15.72 %; : 65.36 %; Ener. z T: 21.61 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 3523.15 mg;
2025-02-09 niedziela	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g Masło extra 82% 14 g Szynka rodzinna-wędzonna 14 g Szynka rodzinna-wędzonna 14 g wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 60 g Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g Masło extra 82% 14 g Szynka rodzinna-wędzonna 14 g Szynka rodzinna-wędzonna 14 g wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 40 g Chleb razowy żytnio-pszenno 70 g Masło extra 82% 14 g Szynka rodzinna-wędzonna 14 g Szynka rodzinna-wędzonna 14 g wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Ser zółty 30 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno 80 g Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g Szynka rodzinna-wędzonna 14 g wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml Bułka pszenna długa krojona 60 g Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g Masło extra 82% 14 g Szynka rodzinna-wędzonna 14 g Szynka rodzinna-wędzonna 14 g wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml Mus z jabłek () z/c 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g Masło extra 82% 14 g Szynka rodzinna-wędzonna 14 g wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 80 g Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa drobiowa-produkt rozdrobniony, wędzony, parzony 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g Masło extra 82% 10 g Szynka rodzinna-wędzonna 14 g Szynka rodzinna-wędzonna 14 g wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml Jabłko 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g Masło extra 82% 10 g Dżem 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa drobiowa-produkt rozdrobniony, wędzony, parzony 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g
II ŚN				Jabłko 150 g						

Jadłospisy z 5. tygodnia, tj. od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-09 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- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna
2025-02-09 niedziela	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 100 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Surówka z brokuł gotowany* 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 100 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml Pyzy ziemniaczane* 250 g Sos własny () 50 ml Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g Masło extra 82% 5 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g	Bułka pszenna długa krojona 25 g Masło extra 82% 5 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g Masło extra 82% 5 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g		Bułka pszenna długa krojona 25 g Masło extra 82% 5 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g	Bułka pszenna długa krojona 25 g Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g Masło extra 82% 5 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g Masło extra 82% 5 g Szynkowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g

Jadłospisy z 5. tygodnia, tj. od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-09 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- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	
2025-02-09 niedziela	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g Masło extra 82% 14 g Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g Papryka świeża 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g Masło extra 82% 14 g Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g Masło extra 82% 14 g Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g Papryka świeża 100 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g Papryka świeża 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Bułka pszenna długa krojona 60 g Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g Masło extra 82% 14 g Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g Masło extra 82% 14 g Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g 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 Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g Masło extra 82% 14 g Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 80 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt					
		Wartość energetyczna: 2348.66 kcal; Białko ogółem: 111.38 g; Tłuszcz: 86.71 g; Kw. tł. nasy.: 38.33 g; Węglowodany ogółem: 292.37 g; W tym cukry: 71.87 g; Błonnik pok.: 29.32 g; Sól: 8.02 g; WW: 26.46 Por; : 18.97 %; : 49.79 %; Ener. z T: 33.23 %; Ener. z Bł.: 2.50 %; K: 4239.36 mg;	Wartość energetyczna: 2388.06 kcal; Białko ogółem: 117.74 g; Tłuszcz: 83.56 g; Kw. tł. nasy.: 38.02 g; Węglowodany ogółem: 301.57 g; W tym cukry: 64.69 g; Błonnik pok.: 25.88 g; Sól: 7.69 g; WW: 27.63 Por; : 19.72 %; : 50.51 %; Ener. z T: 31.49 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 4402.82 mg;	Wartość energetyczna: 2647.90 kcal; Białko ogółem: 132.19 g; Tłuszcz: 101.96 g; Kw. tł. nasy.: 46.98 g; Węglowodany ogółem: 314.71 g; W tym cukry: 65.43 g; Błonnik pok.: 32.69 g; Sól: 10.23 g; WW: 28.31 Por; : 19.97 %; : 47.54 %; Ener. z T: 34.66 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 4595.07 mg;	Wartość energetyczna: 1754.35 kcal; Białko ogółem: 97.20 g; Tłuszcz: 65.87 g; Kw. tł. nasy.: 21.82 g; Węglowodany ogółem: 209.31 g; W tym cukry: 37.17 g; Błonnik pok.: 34.30 g; Sól: 6.94 g; WW: 17.58 Por; : 22.16 %; : 47.72 %; Ener. z T: 33.79 %; Ener. z Bł.: 3.91 %; K: 3626.40 mg;	Wartość energetyczna: 2469.65 kcal; Białko ogółem: 119.53 g; Tłuszcz: 80.39 g; Kw. tł. nasy.: 35.44 g; Węglowodany ogółem: 330.67 g; W tym cukry: 73.18 g; Błonnik pok.: 26.10 g; Sól: 7.72 g; WW: 30.45 Por; : 19.36 %; : 53.56 %; Ener. z T: 29.29 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 4156.65 mg;	Wartość energetyczna: 2338.16 kcal; Białko ogółem: 116.89 g; Tłuszcz: 82.97 g; Kw. tł. nasy.: 37.92 g; Węglowodany ogółem: 288.81 g; W tym cukry: 64.05 g; Błonnik pok.: 20.72 g; Sól: 7.27 g; WW: 26.86 Por; : 20.00 %; : 49.41 %; Ener. z T: 31.94 %; Ener. z Bł.: 1.77 %; K: 4252.32 mg;	Wartość energetyczna: 2004.85 kcal; Białko ogółem: 104.66 g; Tłuszcz: 65.53 g; Kw. tł. nasy.: 22.88 g; Węglowodany ogółem: 258.81 g; W tym cukry: 56.36 g; Błonnik pok.: 21.96 g; Sól: 8.05 g; WW: 23.67 Por; : 20.88 %; : 51.64 %; Ener. z T: 29.42 %; Ener. z Bł.: 2.19 %; K: 3947.18 mg;	Wartość energetyczna: 2143.41 kcal; Białko ogółem: 102.67 g; Tłuszcz: 64.21 g; Kw. tł. nasy.: 28.42 g; Węglowodany ogółem: 302.03 g; W tym cukry: 73.54 g; Błonnik pok.: 29.43 g; Sól: 7.56 g; WW: 27.30 Por; : 19.16 %; : 56.36 %; Ener. z T: 26.96 %; Ener. z Bł.: 2.75 %; K: 4412.80 mg;	Wartość energetyczna: 1909.34 kcal; Białko ogółem: 58.25 g; Tłuszcz: 42.14 g; Kw. tł. nasy.: 20.98 g; Węglowodany ogółem: 332.55 g; W tym cukry: 86.82 g; Błonnik pok.: 25.19 g; Sól: 6.47 g; WW: 30.68 Por; : 12.20 %; : 69.67 %; Ener. z T: 19.86 %; Ener. z Bł.: 2.64 %; K: 2330.49 mg;	Wartość energetyczna: 2019.40 kcal; Białko ogółem: 101.13 g; Tłuszcz: 75.32 g; Kw. tł. nasy.: 26.08 g; Węglowodany ogółem: 244.96 g; W tym cukry: 56.22 g; Błonnik pok.: 23.25 g; Sól: 7.88 g; WW: 22.21 Por; : 20.03 %; : 48.52 %; Ener. z T: 33.57 %; Ener. z Bł.: 2.30 %; K: 3966.53 mg;

2025-02-03 poniedziałek		STAR- Cukrzyca bezmleczna
	Śniadanie	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	III ŚN	Jabłko 150 g
	Obiad	Brokułowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g Sos koperkowy *(bez mleka) 50 ml Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
PD	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	

2025-02-03 poniedziałek	Kolacja	STAR- Cukrzyca bezmleczna Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Południca delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzo wy,średnio rozdrobiony,parz ony w osłonce niejadalnej 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzo skwinia 100g (tubka) 1 szt

2025-02-03 poniedziałek	<p>STAR- Cukrzyca bezmleczna</p> <p>Wartość energetyczna: 1698.22 kcal; Białko ogółem: 65.22 g; Tłuszcz: 45.81 g; Kw. tł. nasy.: 13.60 g; Węglowodany ogółem: 274.13 g; W tym cukry: 79.53 g; Błonnik pok.: 40.08 g; Sól: 7.09 g; WW: 23.56 Por; : 15.36 %; : 64.57 %; Ener. z T: 24.28 %; Ener. z Bł.: 4.72 %; K: 3894.34 mg;</p>
2025-02-04 wtorek	<p>Śniadanie</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>
II ŚN	Mandarynka 150 g

2025-02-04 wtorek	Obiad	STAR- Cukrzyca bezmleczna Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) () 400 ml Makaron pełnoziarnisty 100 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Sos szpinakowy* 50 ml
	P.D	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Jajko gotowane kl M 0,5 szt

2025-02-04 wtorek		STAR- Cukrzyca bezmleczna
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Szyńka Konserwowa wieprzowa, produk t blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Sok owocowo-warzyw ny 0,2L kubek 1 szt
		Wartość energetyczna: 1486.17 kcal; Białko ogółem: 78.35 g; Tłuszcz: 37.71 g; Kw. tł. nasy.: 11.58 g; Węglowodany ogółem: 222.94 g; W tym cukry: 45.64 g; Błonnik pok.: 33.62 g; Sól: 8.30 g; WW: 18.81 Por; : 21.09 %; : 60.00 %; Ener. z T: 22.83 %; Ener. z Bł.: 4.52 %; K: 3334.36 mg;

2025-02-05 środa	Śniadanie	STAR- Cukrzyca bezmleczna Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wę dz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g
	II ŚN	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 30 g

2025-02-05 środa

	STAR- Cukrzyca bezmleczna
Obiad	Grycikowa * 400 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g Sos jarzynowy * 50 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml
PD	Biszkopty b/ml 30 g
Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Paszтет z soczewicy * 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml

2025-02-05 środa		STAR- Cukrzyca bezmleczna
	PZ	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 1867.87 kcal; Białko ogółem: 69.93 g; Tłuszcz: 60.54 g; Kw. tł. nasy.: 15.52 g; Węglowodany ogółem: 276.57 g; W tym cukry: 50.84 g; Błonnik pok.: 34.18 g; Sól: 6.94 g; WW: 24.25 Por; : 14.98 %; : 59.23 %; Ener. z T: 29.17 %; Ener. z Bł.: 3.66 %; K: 3290.30 mg;

	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2025-02-06 czwartek	Śniadanie Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobiona 80 g Ogórek kiszony 100 g Sałata zielona 20 g
II ŚN	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Jajko gotowane kl M 0,5 szt

2025-02-06 czwartek	Obiad	STAR- Cukrzyca bezmleczna Ziemniaczana *(bez mleka) () 300 ml Risotto (br.) z mięsem wieprzowym i warzywami () 400 g Sos pomidorowy 50 ml Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Szyńka Konserwowa wieprzowa, produk t blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml

2025-02-06 czwartek		STAR- Cukrzyca bezmleczna
	RZ	Mus owocowo-warzyw- ny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2015.36 kcal; Białko ogółem: 81.64 g; Tłuszcz: 67.02 g; Kw. tł. nasy.: 16.65 g; Węglowodany ogółem: 295.72 g; W tym cukry: 37.66 g; Błonnik pok.: 50.67 g; Sól: 9.54 g; WW: 24.46 Por; : 16.20 %; : 58.69 %; Ener. z T: 29.93 %; Ener. z Bł.: 5.03 %; K: 3861.77 mg;

2025-02-07 piątek	STAR- Cukrzyca bezmleczna
	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml

		STAR- Cukrzyca bezmleczna
2025-02-07 piątek	II ŚN	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g
	Obiad	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 300 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Ryba pieczona (Dorsz) 100 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 200 g

2025-02-07 piątek		STAR- Cukrzyca bezmleczna
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g
	PN	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt
		Wartość energetyczna: 1585.80 kcal; Białko ogółem: 76.63 g; Tłuszcz: 48.07 g; Kw. tł. nasy.: 13.77 g; Węglowodany ogółem: 231.25 g; W tym cukry: 48.63 g; Błonnik pok.: 41.20 g; Sól: 7.41 g; WW: 18.97 Por; : 19.33 %; : 58.33 %; Ener. z T: 27.28 %; Ener. z Bł.: 5.20 %; K: 4029.52 mg;

2025-02-08 sobota		STAR- Cukrzyca bezmleczna
	Śniadanie	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobiona 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN	Kiwi 1 szt 1 szt
	Obiad	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml Kasza gryczana 100 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml

2025-02-08 sobota		STAR- Cukrzyca bezmleczna
	PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Szynekowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobiony, wędzony, parzony 30 g
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Szynek Konserwowa wieprzowa, produk t blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Sok owocowo-warzyw ny 0,2L kubek 1 szt

2025-02-08 sobota	STAR- Cukrzyca bezmleczna
	<p>Wartość energetyczna: 1855.72 kcal; Białko ogółem: 88.41 g; Tłuszcz: 59.50 g; Kw. tł. nasy.: 15.96 g; Węglowodany ogółem: 261.32 g; W tym cukry: 51.31 g; Błonnik pok.: 37.95 g; Sól: 7.53 g; WW: 22.32 Por; : 19.06 %; : 56.33 %; Ener. z T: 28.86 %; Ener. z Bł.: 4.09 %; K: 3904.89 mg;</p>
2025-02-09 niedziela	Śniadanie
	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>
II ŚN	Jabłko 150 g

2025-02-09 niedziela	Obiad	STAR- Cukrzyca bezmleczna Rosół z makaronem * 400 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml
	PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 30 g

2025-02-09 niedziela		STAR- Cukrzyca bezmleczna
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 80 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Mus owocowo-warzyw ny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 1756.90 kcal; Białko ogółem: 97.72 g; Tłuszcz: 68.99 g; Kw. tł. nasy.: 23.13 g; Węglowodany ogółem: 200.89 g; W tym cukry: 29.92 g; Błonnik pok.: 32.20 g; Sól: 8.27 g; WW: 16.90 Por; : 22.25 %; : 45.74 %; Ener. z T: 35.34 %; Ener. z Bł.: 3.66 %; K: 3564.06 mg;

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp.
1169/2011[kcal],

Białko ogółem - Białko ogółemwg 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,