

Jadłospisy z 22. tygodnia, tj. od dnia 2025-06-02 do dnia 2025-06-08 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa
2025-06-02 poniedziałek	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 14 g (MLE ,) Kurczak gotowany-dr,produkt grubo rozdrobniony,parzony, z dod.białka, w osłonce niejadalnej. 60 g (JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR ,) Salatka wiosenna () 100 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 ŻYT ,) 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 ,) Salata zielona 20 g Salatka wiosenna - diety 100 g Herbata czarna granulowana 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 ŻYT ,) Bułka pszenna długa krojona 40 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 ,) Salatka wiosenna () 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) 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 ,) Salatka wiosenna () 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE ,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) 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 ,) Salata zielona 20 g Salatka wiosenna - diety 100 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 80 g (GLU PSZ ,) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Salata zielona 20 g Salatka wiosenna - diety 100 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 ŻYT ,) Masło extra 82% 14 g (MLE ,) Serek Fromage 60 g (GLU PSZ, MLE ,) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,) Chleb bezglutenowy 100 g (SEŻ, może zawierać: ORZ ,) Masło extra 82% 14 g (MLE ,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Salata zielona 20 g Salatka wiosenna - diety 100 g Herbata czarna granulowana 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 ŻYT ,) 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 ,) Salata zielona 20 g Salatka wiosenna - diety 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
	II ŚN			Ślupki z warzyw () 150 g						
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami ()* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE ,) Kiwi 1 szt 1 szt Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami ()* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE ,) Kompot owocowy* z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ()* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Pulpet drobiowy 100 g Sos majerankowy * 50 ml (GLU PSZ, JAJ ,) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (SEL ,) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami ()* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE ,) Banan 1szt. 1 szt Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami ()* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE ,) Kiwi 1 szt 1 szt Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) ()* 400 ml (GLU PSZ, SEL ,) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ ,) Sos majerankowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL ,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL ,) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami ()* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE ,) Kiwi 1 szt 1 szt Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) ()* 400 ml (MLE, SEL ,) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE ,) Banan 1szt. 1 szt Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami ()* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE ,) Banan 1szt. 1 szt Kompot owocowy* z/c 250 ml
PD	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt			Kiwi 1 szt 1 szt	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt					

Jadłospisy z 22. tygodnia, tj. od dnia 2025-06-02 do dnia 2025-06-08 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa
2025-06-02 poniedziałek	Kolacja Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 60 g (GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLUPSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Serek homo. naturalny 60 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLUPSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno 70 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Serek homo. naturalny 60 g (MLE.) Szyńska Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE.) Serek homo. naturalny 60 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLUPSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Serek homo. naturalny 60 g (MLE.) Pasta warzywna* 80 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Serek homo. naturalny 60 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLUPSZ.) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szyńska Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLUPSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Ser żółty 60 g (MLE.) Banan 1 szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (SEŻ. może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Serek homo. naturalny 60 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLUPSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek homo. naturalny 60 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g
	PN Chleb razowy żytnio-pszenno 25 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.)			Chleb razowy żytnio-pszenno 25 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g (MLE.) Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.)		Chleb razowy żytnio-pszenno 25 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.)	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt			Chleb razowy żytnio-pszenno 25 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.)
	Wartość energetyczna: 2080.60 kcal; Białko ogółem: 68.27 g; Tłuszcz: 51.02 g; Kw. tł. nasy.: 25.28 g; Węglowodany ogółem: 352.96 g; W tym cukry: 133.40 g; Błonnik pok.: 25.18 g; Sól: 8.15 g; WW: 32.84 Por; : 13.13 %; : 67.86 %; Ener. z T: 22.07 %; Ener. z Bł.: 2.42 %; K: 3058.93 mg;	Wartość energetyczna: 2329.09 kcal; Białko ogółem: 71.86 g; Tłuszcz: 52.11 g; Kw. tł. nasy.: 23.49 g; Węglowodany ogółem: 410.31 g; W tym cukry: 164.14 g; Błonnik pok.: 25.39 g; Sól: 6.66 g; WW: 38.62 Por; : 12.34 %; : 70.47 %; Ener. z T: 20.14 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 3818.23 mg;	Wartość energetyczna: 2391.50 kcal; Białko ogółem: 86.09 g; Tłuszcz: 56.35 g; Kw. tł. nasy.: 25.04 g; Węglowodany ogółem: 403.44 g; W tym cukry: 137.97 g; Błonnik pok.: 29.00 g; Sól: 8.63 g; WW: 37.59 Por; : 14.40 %; : 67.48 %; Ener. z T: 21.21 %; Ener. z Bł.: 2.42 %; K: 3598.51 mg;	Wartość energetyczna: 1674.42 kcal; Białko ogółem: 75.34 g; Tłuszcz: 51.36 g; Kw. tł. nasy.: 12.67 g; Węglowodany ogółem: 245.66 g; W tym cukry: 43.77 g; Błonnik pok.: 39.03 g; Sól: 7.60 g; WW: 20.69 Por; : 18.00 %; : 58.69 %; Ener. z T: 27.61 %; Ener. z Bł.: 4.66 %; K: 4223.03 mg;	Wartość energetyczna: 2413.27 kcal; Białko ogółem: 78.69 g; Tłuszcz: 51.44 g; Kw. tł. nasy.: 24.73 g; Węglowodany ogółem: 423.83 g; W tym cukry: 156.41 g; Błonnik pok.: 23.72 g; Sól: 6.48 g; WW: 40.15 Por; : 13.04 %; : 70.25 %; Ener. z T: 19.18 %; Ener. z Bł.: 1.97 %; K: 3878.77 mg;	Wartość energetyczna: 2137.99 kcal; Białko ogółem: 69.90 g; Tłuszcz: 51.36 g; Kw. tł. nasy.: 23.26 g; Węglowodany ogółem: 362.78 g; W tym cukry: 133.11 g; Błonnik pok.: 18.68 g; Sól: 6.27 g; WW: 34.51 Por; : 13.08 %; : 67.87 %; Ener. z T: 21.62 %; Ener. z Bł.: 1.75 %; K: 3148.80 mg;	Wartość energetyczna: 2201.80 kcal; Białko ogółem: 71.58 g; Tłuszcz: 59.93 g; Kw. tł. nasy.: 14.28 g; Węglowodany ogółem: 354.55 g; W tym cukry: 120.75 g; Błonnik pok.: 25.31 g; Sól: 6.81 g; WW: 32.98 Por; : 13.00 %; : 64.41 %; Ener. z T: 24.50 %; Ener. z Bł.: 2.30 %; K: 3060.97 mg;	Wartość energetyczna: 2694.75 kcal; Białko ogółem: 68.33 g; Tłuszcz: 82.29 g; Kw. tł. nasy.: 47.45 g; Węglowodany ogółem: 434.19 g; W tym cukry: 196.64 g; Błonnik pok.: 27.14 g; Sól: 5.39 g; WW: 40.87 Por; : 10.14 %; : 64.45 %; Ener. z T: 27.48 %; Ener. z Bł.: 2.01 %; K: 3751.73 mg;	Wartość energetyczna: 2337.88 kcal; Białko ogółem: 52.29 g; Tłuszcz: 54.60 g; Kw. tł. nasy.: 20.38 g; Węglowodany ogółem: 416.42 g; W tym cukry: 188.34 g; Błonnik pok.: 25.88 g; Sól: 3.03 g; WW: 39.06 Por; : 8.95 %; : 71.25 %; Ener. z T: 21.02 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 3416.61 mg;	Wartość energetyczna: 2269.25 kcal; Białko ogółem: 71.81 g; Tłuszcz: 45.51 g; Kw. tł. nasy.: 19.12 g; Węglowodany ogółem: 410.26 g; W tym cukry: 164.09 g; Błonnik pok.: 25.39 g; Sól: 6.66 g; WW: 38.61 Por; : 12.66 %; : 72.32 %; Ener. z T: 18.05 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 3816.23 mg;

Jadłospisy z 22. tygodnia, tj. od dnia 2025-06-02 do dnia 2025-06-08 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	
2025-06-03 wtorek	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadanej 30 g (<u>SOJ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadanej 30 g (<u>SOJ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ.</u>) Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u>)	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Bulka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadanej 60 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadanej 30 g (<u>SOJ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JECZ.</u>) Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadanej 20 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 30 g Jabłko 1 szt 1 szt Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ.</u>) Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadanej 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ</u> , <u>może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadanej 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadanej 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt		
	II ŚN					Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)						
	Obiad	Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE.</u>) Marchew oprószana z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Marchew oprószana z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jarzynowa z zacierką *-podstawa 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u>)	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE.</u>) Marchew oprószana z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 100 g (<u>MLE.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE.</u>) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Marchew oprószana z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE.</u>) Marchew oprószana z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew oprószana z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew oprószana z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u>) Pierogi z truskawkami* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos jogurtowy naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy (bez glutenu)* 50 ml (<u>MLE.</u>) Marchew oprószana z olejem (bez glutenu)* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE.</u>) Marchew oprószana z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml		
PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 25 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>)		Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g	Chrupki kukurydziane 20 g	Chleb bezglutenowy 25 g (<u>SEZ</u> , <u>może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>)		

Jadłospisy z 22. tygodnia, tj. od dnia 2025-06-02 do dnia 2025-06-08 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa
2025-06-03 wtorek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Kurczak gotowany-dr,produkt grubo rozdrobniony,parzony, z dod.białka, w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: GLUPSZ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Kurczak gotowany-dr,produkt grubo rozdrobniony,parzony, z dod.białka, w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: GLUPSZ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Kurczak gotowany-dr,produkt grubo rozdrobniony,parzony, z dod.białka, w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: GLUPSZ, SEL, GOR.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE.</u>) Kurczak gotowany-dr,produkt grubo rozdrobniony,parzony, z dod.białka, w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: GLUPSZ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Kurczak gotowany-dr,produkt grubo rozdrobniony,parzony, z dod.białka, w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: GLUPSZ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Kurczak gotowany-dr,produkt grubo rozdrobniony,parzony, z dod.białka, w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: GLUPSZ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,śre dno rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,śre dno rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEŻ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,śre dno rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Kurczak gotowany-dr,produkt grubo rozdrobniony,parzony, z dod.białka, w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: GLUPSZ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Sok warzywny 0,3l 1 szt (<u>SEL</u>)					Sok owocowy pasteryzowany 0,3L 1 szt		Sok warzywny 0,3l 1 szt (<u>SEL</u>)		
		Wartość energetyczna: 2349.54 kcal; Białko ogółem: 95.29 g; Tłuszcz: 81.64 g; Kw. tł. nasy.: 31.41 g; Węglowodany ogółem: 315.67 g; W tym cukry: 81.80 g; Błonnik pok.: 29.68 g; Sól: 11.23 g; WW: 28.75 Por; : 16.22 %; : 53.74 %; Ener. z T: 31.27 %; Ener. z Bł.: 2.53 %; K: 3906.55 mg;	Wartość energetyczna: 2274.80 kcal; Białko ogółem: 94.54 g; Tłuszcz: 72.41 g; Kw. tł. nasy.: 29.58 g; Węglowodany ogółem: 316.49 g; W tym cukry: 77.49 g; Błonnik pok.: 25.33 g; Sól: 10.44 g; WW: 29.29 Por; : 16.62 %; : 55.65 %; Ener. z T: 28.65 %; Ener. z Bł.: 2.23 %; K: 3713.31 mg;	Wartość energetyczna: 2584.76 kcal; Białko ogółem: 124.61 g; Tłuszcz: 87.13 g; Kw. tł. nasy.: 37.48 g; Węglowodany ogółem: 342.45 g; W tym cukry: 91.58 g; Błonnik pok.: 34.35 g; Sól: 12.44 g; WW: 30.98 Por; : 19.28 %; : 52.99 %; Ener. z T: 30.34 %; Ener. z Bł.: 2.66 %; K: 4586.10 mg;	Wartość energetyczna: 1726.16 kcal; Białko ogółem: 85.41 g; Tłuszcz: 65.33 g; Kw. tł. nasy.: 20.38 g; Węglowodany ogółem: 213.88 g; W tym cukry: 49.69 g; Błonnik pok.: 29.87 g; Sól: 9.96 g; WW: 18.47 Por; : 19.79 %; : 49.56 %; Ener. z T: 34.06 %; Ener. z Bł.: 3.46 %; K: 3311.99 mg;	Wartość energetyczna: 2360.90 kcal; Białko ogółem: 101.43 g; Tłuszcz: 70.50 g; Kw. tł. nasy.: 31.37 g; Węglowodany ogółem: 341.52 g; W tym cukry: 92.43 g; Błonnik pok.: 23.45 g; Sól: 8.59 g; WW: 31.96 Por; : 17.19 %; : 57.86 %; Ener. z T: 26.88 %; Ener. z Bł.: 1.99 %; K: 4188.29 mg;	Wartość energetyczna: 2282.60 kcal; Białko ogółem: 95.15 g; Tłuszcz: 66.63 g; Kw. tł. nasy.: 27.93 g; Węglowodany ogółem: 327.63 g; W tym cukry: 68.21 g; Błonnik pok.: 24.52 g; Sól: 7.05 g; WW: 30.53 Por; : 16.67 %; : 57.41 %; Ener. z T: 26.27 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 3604.56 mg;	Wartość energetyczna: 1991.41 kcal; Białko ogółem: 87.86 g; Tłuszcz: 54.01 g; Kw. tł. nasy.: 17.63 g; Węglowodany ogółem: 300.09 g; W tym cukry: 60.71 g; Błonnik pok.: 26.21 g; Sól: 6.75 g; WW: 27.55 Por; : 17.65 %; : 60.28 %; Ener. z T: 24.41 %; Ener. z Bł.: 2.63 %; K: 3641.00 mg;	Wartość energetyczna: 2002.32 kcal; Białko ogółem: 64.37 g; Tłuszcz: 54.36 g; Kw. tł. nasy.: 22.80 g; Węglowodany ogółem: 310.30 g; W tym cukry: 84.08 g; Błonnik pok.: 20.28 g; Sól: 6.18 g; WW: 28.93 Por; : 12.86 %; : 61.99 %; Ener. z T: 24.44 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 1693.97 mg;	Wartość energetyczna: 2037.79 kcal; Białko ogółem: 71.46 g; Tłuszcz: 74.07 g; Kw. tł. nasy.: 27.43 g; Węglowodany ogółem: 277.92 g; W tym cukry: 68.38 g; Błonnik pok.: 26.58 g; Sól: 7.36 g; WW: 25.17 Por; : 14.03 %; : 54.55 %; Ener. z T: 32.71 %; Ener. z Bł.: 2.61 %; K: 3392.69 mg;	Wartość energetyczna: 2053.13 kcal; Białko ogółem: 89.03 g; Tłuszcz: 61.08 g; Kw. tł. nasy.: 24.32 g; Węglowodany ogółem: 301.07 g; W tym cukry: 79.98 g; Błonnik pok.: 28.02 g; Sól: 10.92 g; WW: 27.54 Por; : 17.35 %; : 58.66 %; Ener. z T: 26.78 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 3931.50 mg;

Jadłospisy z 22. tygodnia, tj. od dnia 2025-06-02 do dnia 2025-06-08 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa
2025-06-04 środa	Śniadanie	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>) Ser topiony 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g (<u>SOJ, MLE.</u>)	Bulka 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>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g (<u>SOJ, MLE.</u>)	Bulka 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>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g (<u>SOJ, MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek prażonych 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g (<u>SOJ, MLE.</u>)	Bulka 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>) Ser topiony 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 25 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g (<u>SOJ, MLE.</u>)	Bulka 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>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g (<u>SOJ, MLE.</u>)
	II ŚN				Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</u>)					
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kasza bulgur 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza bulgur 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kotlety ziemniaczane () 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez glutenu) () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 100 g (<u>JAJ.</u>) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 50 ml (<u>SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
PD	Jogurt typu islandzkiego różne smaki Skyr 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Mleko UHT 200ml, 3,5% ti 1 szt (<u>MLE.</u>)	Jogurt typu islandzkiego różne smaki Skyr 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Jogurt typu islandzkiego różne smaki Skyr 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)			

Jadłospisy z 22. tygodnia, tj. od dnia 2025-06-02 do dnia 2025-06-08 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	
2025-06-04 środa	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>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bulka 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>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bulka 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>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bulka 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bulka 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>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				Jabłko 1 szt 1 szt		Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2456.02 kcal; Białko ogółem: 97.76 g; Tłuszcz: 95.55 g; Kw. tł. nasy.: 40.79 g; Węglowodany ogółem: 307.87 g; W tym cukry: 74.05 g; Błonnik pok.: 26.00 g; Sól: 9.06 g; WW: 28.23 Por; : 15.92 %; : 50.14 %; Ener. z T: 35.01 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 3108.87 mg;	Wartość energetyczna: 2323.36 kcal; Białko ogółem: 100.58 g; Tłuszcz: 74.86 g; Kw. tł. nasy.: 30.95 g; Węglowodany ogółem: 322.25 g; W tym cukry: 68.20 g; Błonnik pok.: 25.67 g; Sól: 6.94 g; WW: 29.80 Por; : 17.32 %; : 55.48 %; Ener. z T: 29.00 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 3652.74 mg;	Wartość energetyczna: 2525.09 kcal; Białko ogółem: 117.60 g; Tłuszcz: 89.16 g; Kw. tł. nasy.: 35.47 g; Węglowodany ogółem: 325.98 g; W tym cukry: 60.59 g; Błonnik pok.: 30.83 g; Sól: 9.05 g; WW: 29.60 Por; : 18.63 %; : 51.64 %; Ener. z T: 31.78 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 3869.74 mg;	Wartość energetyczna: 1830.91 kcal; Białko ogółem: 91.33 g; Tłuszcz: 63.03 g; Kw. tł. nasy.: 19.41 g; Węglowodany ogółem: 238.46 g; W tym cukry: 42.89 g; Błonnik pok.: 31.97 g; Sól: 5.92 g; WW: 20.63 Por; : 19.95 %; : 52.10 %; Ener. z T: 30.98 %; Ener. z Bł.: 3.49 %; K: 3599.25 mg;	Wartość energetyczna: 2637.27 kcal; Białko ogółem: 103.38 g; Tłuszcz: 87.41 g; Kw. tł. nasy.: 36.70 g; Węglowodany ogółem: 374.57 g; W tym cukry: 115.00 g; Błonnik pok.: 22.15 g; Sól: 6.94 g; WW: 35.27 Por; : 15.68 %; : 56.81 %; Ener. z T: 29.83 %; Ener. z Bł.: 1.68 %; K: 3743.93 mg;	Wartość energetyczna: 2273.46 kcal; Białko ogółem: 99.73 g; Tłuszcz: 74.27 g; Kw. tł. nasy.: 30.85 g; Węglowodany ogółem: 309.49 g; W tym cukry: 67.56 g; Błonnik pok.: 20.51 g; Sól: 6.52 g; WW: 29.03 Por; : 17.55 %; : 54.45 %; Ener. z T: 29.40 %; Ener. z Bł.: 1.80 %; K: 3502.24 mg;	Wartość energetyczna: 2106.10 kcal; Białko ogółem: 80.22 g; Tłuszcz: 71.87 g; Kw. tł. nasy.: 23.24 g; Węglowodany ogółem: 292.56 g; W tym cukry: 54.89 g; Błonnik pok.: 20.51 g; Sól: 7.78 g; WW: 27.24 Por; : 15.24 %; : 55.56 %; Ener. z T: 30.71 %; Ener. z Bł.: 1.95 %; K: 3216.42 mg;	Wartość energetyczna: 2490.40 kcal; Białko ogółem: 75.87 g; Tłuszcz: 83.82 g; Kw. tł. nasy.: 34.04 g; Węglowodany ogółem: 368.62 g; W tym cukry: 76.46 g; Błonnik pok.: 27.32 g; Sól: 5.71 g; WW: 34.18 Por; : 12.19 %; : 59.21 %; Ener. z T: 30.29 %; Ener. z Bł.: 2.19 %; K: 4480.12 mg;	Wartość energetyczna: 2273.43 kcal; Białko ogółem: 85.17 g; Tłuszcz: 82.64 g; Kw. tł. nasy.: 29.50 g; Węglowodany ogółem: 299.01 g; W tym cukry: 57.91 g; Błonnik pok.: 21.98 g; Sól: 4.01 g; WW: 27.75 Por; : 14.98 %; : 52.61 %; Ener. z T: 32.71 %; Ener. z Bł.: 1.93 %; K: 3106.58 mg;	Wartość energetyczna: 2263.52 kcal; Białko ogółem: 100.52 g; Tłuszcz: 68.26 g; Kw. tł. nasy.: 26.58 g; Węglowodany ogółem: 322.20 g; W tym cukry: 68.15 g; Błonnik pok.: 25.67 g; Sól: 6.94 g; WW: 29.79 Por; : 17.76 %; : 56.94 %; Ener. z T: 27.14 %; Ener. z Bł.: 2.27 %; K: 3650.74 mg;	

Jadłospisy z 22. tygodnia, tj. od dnia 2025-06-02 do dnia 2025-06-08 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	
2025-06-05 czwartek	Śniadanie	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 14 g (MLE) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twarożek 30 g (MLE)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 14 g (MLE) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twarożek 30 g (MLE)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 14 g (MLE) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 14 g (MLE) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ) Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (MLE)	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE) 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 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twarożek 30 g (MLE)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania (70%) 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 Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Dżem 30 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło extra 82% 14 g (MLE) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twarożek 30 g (MLE)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło extra 82% 14 g (MLE) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 25 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twarożek 30 g (MLE)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 25 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twarożek 30 g (MLE)
	II śN			Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g (MLE) Twarożek 30 g (MLE)							
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 100 g (GLU PSZ, MLE, SEL) Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g (MLE) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Sos boloński z mięsa wieprz łop - dieta* 100 g (GLU PSZ, SEL) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Sos boloński z mięsa wieprz łop - dieta* 150 g (GLU PSZ, SEL) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty 100 g (GLU PSZ) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 100 g (GLU PSZ, MLE, SEL) Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g (MLE) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Sos boloński z mięsa wieprz łop - dieta* 100 g (GLU PSZ, SEL) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Sos boloński z mięsa wieprz łop - dieta* 100 g (GLU PSZ, SEL) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Sos boloński z mięsa wieprz łop - dieta* 100 g (GLU PSZ, SEL) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron z warzywami* 300 g (GLU PSZ, MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g	Szpinakowa z ziemniakami *(bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL) Makaron bezglutenowy 200 g Sos boloński z mięsa wieprz łop - dieta* (bez glutenu) 100 g (SEL) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Sos boloński z mięsa wieprz łop - dieta* 100 g (GLU PSZ, SEL) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL)

Jadłospisy z 22. tygodnia, tj. od dnia 2025-06-02 do dnia 2025-06-08 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa
2025-06-05 czwartek	PD	Banan 1szt. 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.)	Mandarynka 150 g		Banan 1szt. 1 szt				Mus z jabłek prażonych 150 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Paszтет z ciecierzycy * 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Ser mozzarella kulki 25 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną, 60 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną, 60 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE.) Paszтет z ciecierzycy * 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Ser mozzarella kulki 25 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/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 ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną, 60 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL.)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną, 60 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobiony, wędzony, 60 g parzony 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Paszтет z ciecierzycy * 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (SEŻ. może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobiony, wędzony, 60 g parzony 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną, 60 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Sok warzywny 0,3l 1 szt (SEL.)					Sok przecierowy Kubaś 0,3L 1 szt		Sok warzywny 0,3l 1 szt (SEL.)		
		Wartość energetyczna: 2251.03 kcal; Białko ogółem: 76.89 g; Tłuszcz: 68.28 g; Kw. tł. nasy.: 30.97 g; Węglowodany ogółem: 342.62 g; W tym cukry: 95.61 g; Błonnik pok.: 31.71 g; Sól: 9.02 g; WW: 31.34 Por; : 13.66 %; : 60.88 %; Ener. z T: 27.30 %; Ener. z Bł.: 2.82 %; K: 3516.54 mg;	Wartość energetyczna: 2109.31 kcal; Białko ogółem: 80.62 g; Tłuszcz: 53.00 g; Kw. tł. nasy.: 24.50 g; Węglowodany ogółem: 336.71 g; W tym cukry: 93.74 g; Błonnik pok.: 23.33 g; Sól: 9.83 g; WW: 31.59 Por; : 15.29 %; : 63.85 %; Ener. z T: 22.61 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 3350.57 mg;	Wartość energetyczna: 2278.97 kcal; Białko ogółem: 103.96 g; Tłuszcz: 67.99 g; Kw. tł. nasy.: 30.47 g; Węglowodany ogółem: 323.70 g; W tym cukry: 58.59 g; Błonnik pok.: 27.66 g; Sól: 12.24 g; WW: 29.83 Por; : 18.25 %; : 56.81 %; Ener. z T: 26.85 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 3043.00 mg;	Wartość energetyczna: 1698.55 kcal; Białko ogółem: 68.05 g; Tłuszcz: 55.96 g; Kw. tł. nasy.: 19.59 g; Węglowodany ogółem: 240.93 g; W tym cukry: 42.02 g; Błonnik pok.: 37.15 g; Sól: 8.48 g; WW: 20.55 Por; : 16.03 %; : 56.74 %; Ener. z T: 29.65 %; Ener. z Bł.: 4.37 %; K: 3144.65 mg;	Wartość energetyczna: 2267.34 kcal; Białko ogółem: 89.11 g; Tłuszcz: 60.21 g; Kw. tł. nasy.: 27.24 g; Węglowodany ogółem: 348.26 g; W tym cukry: 81.93 g; Błonnik pok.: 17.47 g; Sól: 7.94 g; WW: 33.21 Por; : 15.72 %; : 61.44 %; Ener. z T: 23.90 %; Ener. z Bł.: 1.54 %; K: 2800.88 mg;	Wartość energetyczna: 2218.81 kcal; Białko ogółem: 87.78 g; Tłuszcz: 52.88 g; Kw. tł. nasy.: 25.61 g; Węglowodany ogółem: 355.82 g; W tym cukry: 130.30 g; Błonnik pok.: 20.27 g; Sól: 6.98 g; WW: 33.85 Por; : 15.83 %; : 64.15 %; Ener. z T: 21.45 %; Ener. z Bł.: 1.83 %; K: 3304.82 mg;	Wartość energetyczna: 2065.62 kcal; Białko ogółem: 78.97 g; Tłuszcz: 41.75 g; Kw. tł. nasy.: 15.05 g; Węglowodany ogółem: 348.16 g; W tym cukry: 117.45 g; Błonnik pok.: 20.06 g; Sól: 5.57 g; WW: 33.08 Por; : 15.29 %; : 67.42 %; Ener. z T: 18.19 %; Ener. z Bł.: 1.94 %; K: 2997.92 mg;	Wartość energetyczna: 2336.38 kcal; Białko ogółem: 79.31 g; Tłuszcz: 71.68 g; Kw. tł. nasy.: 36.27 g; Węglowodany ogółem: 353.31 g; W tym cukry: 95.00 g; Błonnik pok.: 30.09 g; Sól: 8.15 g; WW: 32.56 Por; : 13.58 %; : 60.49 %; Ener. z T: 27.61 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 3342.54 mg;	Wartość energetyczna: 2101.12 kcal; Białko ogółem: 62.96 g; Tłuszcz: 59.33 g; Kw. tł. nasy.: 23.61 g; Węglowodany ogółem: 330.40 g; W tym cukry: 90.56 g; Błonnik pok.: 22.03 g; Sól: 6.94 g; WW: 31.00 Por; : 11.99 %; : 62.90 %; Ener. z T: 25.41 %; Ener. z Bł.: 2.10 %; K: 2825.60 mg;	Wartość energetyczna: 1966.78 kcal; Białko ogółem: 74.80 g; Tłuszcz: 49.31 g; Kw. tł. nasy.: 16.69 g; Węglowodany ogółem: 324.30 g; W tym cukry: 96.25 g; Błonnik pok.: 26.76 g; Sól: 10.03 g; WW: 29.78 Por; : 15.21 %; : 65.96 %; Ener. z T: 22.56 %; Ener. z Bł.: 2.72 %; K: 2978.97 mg;

Jadłospisy z 22. tygodnia, tj. od dnia 2025-06-02 do dnia 2025-06-08 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa
2025-06-06 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenney 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE,</u>) Przysmak śliwkowy do smarowania 25g 1 szt Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenney 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenney 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bulka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 20 g (<u>SOJ,</u>) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenney 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 20 g (<u>SOJ,</u>) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszaný pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenney 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 20 g Dżem 25 g 1 szt Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEŻ, może zawierać: ORZ,</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenney 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
	II ŚN			Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)						
	Obiad	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE,</u>) Łosoś pieczony 80g 80 g (<u>RYB,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE,</u>) Łosoś pieczony 80g 80 g (<u>RYB,</u>) Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 100 g (<u>MLE,</u>) Łosoś pieczony 80g 80 g (<u>RYB,</u>) Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 g Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE,</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB,</u>) Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE,</u>) Łosoś pieczony 80g 80 g (<u>RYB,</u>) Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g (<u>RYB,</u>) Łosoś pieczony 80g 80 g (<u>RYB,</u>) Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE,</u>) Kotlety sojowe 80 g (<u>SOJ,</u>) Surówka z kapusty młodej z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE,</u>) Łosoś pieczony 80g 80 g (<u>RYB,</u>) Warzywa po grecku* (bez glutenu) 200 g (<u>SEL,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g (<u>RYB,</u>) Łosoś pieczony 80g 80 g (<u>RYB,</u>) Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
PD	Pieczewo chrupkie ekstrudowane-żytnie 20 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt			Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (<u>SOJ,</u>)		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	

Jadłospisy z 22. tygodnia, tj. od dnia 2025-06-02 do dnia 2025-06-08 KUCHNIA STARACHOWICE

2025-06-06 piątek		STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa
	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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek świeży 100g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bulka 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bulka 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 80 g	Bulka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 20 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g Pomidor 80 g
	PN	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>)				Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>)	Chleb bezglutenowy 25 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>)
	Wartość energetyczna: 2470.33 kcal; Białko ogółem: 86.90 g; Tłuszcz: 86.50 g; Kw. tł. nasy.: 37.18 g; Węglowodany ogółem: 348.94 g; W tym cukry: 96.68 g; Błonnik pok.: 30.11 g; Sól: 5.73 g; WW: 31.87 Por; : 14.07 %; : 56.50 %; Ener. z T: 31.51 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 3760.73 mg;	Wartość energetyczna: 2303.78 kcal; Białko ogółem: 82.45 g; Tłuszcz: 75.26 g; Kw. tł. nasy.: 30.08 g; Węglowodany ogółem: 339.94 g; W tym cukry: 102.97 g; Błonnik pok.: 28.92 g; Sól: 7.31 g; WW: 31.18 Por; : 14.32 %; : 59.02 %; Ener. z T: 29.40 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 3884.90 mg;	Wartość energetyczna: 2626.61 kcal; Białko ogółem: 107.82 g; Tłuszcz: 93.44 g; Kw. tł. nasy.: 37.44 g; Węglowodany ogółem: 357.02 g; W tym cukry: 77.80 g; Błonnik pok.: 36.16 g; Sól: 11.87 g; WW: 32.15 Por; : 16.42 %; : 54.37 %; Ener. z T: 32.02 %; Ener. z Bł.: 2.75 %; K: 4262.00 mg;	Wartość energetyczna: 1745.41 kcal; Białko ogółem: 77.61 g; Tłuszcz: 70.43 g; Kw. tł. nasy.: 21.52 g; Węglowodany ogółem: 216.58 g; W tym cukry: 40.84 g; Błonnik pok.: 31.15 g; Sól: 7.46 g; WW: 18.48 Por; : 17.78 %; : 49.63 %; Ener. z T: 36.32 %; Ener. z Bł.: 3.57 %; K: 3264.36 mg;	Wartość energetyczna: 2310.68 kcal; Białko ogółem: 93.48 g; Tłuszcz: 63.49 g; Kw. tł. nasy.: 28.22 g; Węglowodany ogółem: 352.70 g; W tym cukry: 96.83 g; Błonnik pok.: 24.39 g; Sól: 7.51 g; WW: 32.89 Por; : 16.18 %; : 61.06 %; Ener. z T: 24.73 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 3595.18 mg;	Wartość energetyczna: 2253.88 kcal; Białko ogółem: 81.60 g; Tłuszcz: 74.67 g; Kw. tł. nasy.: 29.98 g; Węglowodany ogółem: 327.18 g; W tym cukry: 102.33 g; Błonnik pok.: 23.76 g; Sól: 6.89 g; WW: 30.41 Por; : 14.48 %; : 58.07 %; Ener. z T: 29.82 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 3734.40 mg;	Wartość energetyczna: 2203.49 kcal; Białko ogółem: 82.87 g; Tłuszcz: 65.80 g; Kw. tł. nasy.: 19.12 g; Węglowodany ogółem: 333.06 g; W tym cukry: 115.76 g; Błonnik pok.: 24.01 g; Sól: 6.56 g; WW: 30.96 Por; : 15.04 %; : 60.46 %; Ener. z T: 26.87 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 3412.57 mg;	Wartość energetyczna: 2258.59 kcal; Białko ogółem: 81.30 g; Tłuszcz: 69.38 g; Kw. tł. nasy.: 32.79 g; Węglowodany ogółem: 339.78 g; W tym cukry: 100.91 g; Błonnik pok.: 33.88 g; Sól: 6.93 g; WW: 30.69 Por; : 14.40 %; : 60.18 %; Ener. z T: 27.65 %; Ener. z Bł.: 3.00 %; K: 3341.61 mg;	Wartość energetyczna: 2226.35 kcal; Białko ogółem: 63.50 g; Tłuszcz: 79.07 g; Kw. tł. nasy.: 27.81 g; Węglowodany ogółem: 321.84 g; W tym cukry: 92.82 g; Błonnik pok.: 25.82 g; Sól: 4.51 g; WW: 29.55 Por; : 11.41 %; : 57.82 %; Ener. z T: 31.97 %; Ener. z Bł.: 2.32 %; K: 3237.18 mg;	Wartość energetyczna: 2219.47 kcal; Białko ogółem: 82.55 g; Tłuszcz: 64.36 g; Kw. tł. nasy.: 23.30 g; Węglowodany ogółem: 343.58 g; W tym cukry: 102.92 g; Błonnik pok.: 28.92 g; Sól: 8.70 g; WW: 31.56 Por; : 14.88 %; : 61.92 %; Ener. z T: 26.10 %; Ener. z Bł.: 2.61 %; K: 3816.40 mg;	

Jadłospisy z 22. tygodnia, tj. od dnia 2025-06-02 do dnia 2025-06-08 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa
2025-06-07 sobota	Śniadanie	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>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Kiwi 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	Bulka 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>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Banan 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	Bulka 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>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Schab Maryny-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną, 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Banan 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szyńska Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 150 g Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Bulka 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 natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Banan 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	Bulka 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>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Banan 150 g
				Kiwi 1 szt 1 szt						
	II ŚN									
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (<u>SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka z marchwi z olejem () 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto wegetariańskie* 350 g (<u>SEL.</u>) Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) (*) 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () (bez glutenu) 150 g (<u>SEL.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	PD	Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)				Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (<u>SOJ.</u>)	Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		

Jadłospisy z 22. tygodnia, tj. od dnia 2025-06-02 do dnia 2025-06-08 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa
2025-06-07 sobota	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>) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 60 g Twarożek z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 60 g Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 60 g Marchew gotowana z olejem* 80 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Ser topiony 80 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEŻ. może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 80 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 80 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt			Ślupki z warzyw () 70 g		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2418.28 kcal; Białko ogółem: 94.15 g; Tłuszcz: 79.20 g; Kw. tł. nasy.: 32.16 g; Węglowodany ogółem: 343.89 g; W tym cukry: 101.25 g; Błonnik pok.: 29.66 g; Sól: 9.03 g; WW: 31.46 Por; : 15.57 %; : 56.88 %; Ener. z T: 29.48 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 3597.87 mg;	Wartość energetyczna: 2438.98 kcal; Białko ogółem: 107.75 g; Tłuszcz: 60.79 g; Kw. tł. nasy.: 29.60 g; Węglowodany ogółem: 377.82 g; W tym cukry: 125.78 g; Błonnik pok.: 26.65 g; Sól: 8.13 g; WW: 35.23 Por; : 17.67 %; : 61.96 %; Ener. z T: 22.43 %; Ener. z Bł.: 2.19 %; K: 4264.48 mg;	Wartość energetyczna: 2783.88 kcal; Białko ogółem: 139.08 g; Tłuszcz: 76.88 g; Kw. tł. nasy.: 38.19 g; Węglowodany ogółem: 400.35 g; W tym cukry: 130.07 g; Błonnik pok.: 33.40 g; Sól: 9.53 g; WW: 36.83 Por; : 19.98 %; : 57.52 %; Ener. z T: 24.85 %; Ener. z Bł.: 2.40 %; K: 4830.99 mg;	Wartość energetyczna: 1672.89 kcal; Białko ogółem: 89.06 g; Tłuszcz: 53.58 g; Kw. tł. nasy.: 17.81 g; Węglowodany ogółem: 225.16 g; W tym cukry: 37.74 g; Błonnik pok.: 37.10 g; Sól: 7.91 g; WW: 18.78 Por; : 21.29 %; : 53.84 %; Ener. z T: 28.82 %; Ener. z Bł.: 4.44 %; K: 3753.01 mg;	Wartość energetyczna: 2384.37 kcal; Białko ogółem: 96.70 g; Tłuszcz: 65.21 g; Kw. tł. nasy.: 29.66 g; Węglowodany ogółem: 364.33 g; W tym cukry: 96.03 g; Błonnik pok.: 23.26 g; Sól: 7.34 g; WW: 34.27 Por; : 16.22 %; : 61.12 %; Ener. z T: 24.62 %; Ener. z Bł.: 1.95 %; K: 3776.89 mg;	Wartość energetyczna: 2447.63 kcal; Białko ogółem: 110.36 g; Tłuszcz: 65.32 g; Kw. tł. nasy.: 29.00 g; Węglowodany ogółem: 364.42 g; W tym cukry: 119.63 g; Błonnik pok.: 21.15 g; Sól: 8.31 g; WW: 34.40 Por; : 18.04 %; : 59.56 %; Ener. z T: 24.02 %; Ener. z Bł.: 1.73 %; K: 3870.36 mg;	Wartość energetyczna: 2062.72 kcal; Białko ogółem: 81.63 g; Tłuszcz: 37.69 g; Kw. tł. nasy.: 12.69 g; Węglowodany ogółem: 359.37 g; W tym cukry: 132.58 g; Błonnik pok.: 22.09 g; Sól: 6.22 g; WW: 33.83 Por; : 15.83 %; : 69.69 %; Ener. z T: 16.45 %; Ener. z Bł.: 2.14 %; K: 3684.43 mg;	Wartość energetyczna: 2650.14 kcal; Białko ogółem: 92.30 g; Tłuszcz: 87.11 g; Kw. tł. nasy.: 40.71 g; Węglowodany ogółem: 388.04 g; W tym cukry: 125.36 g; Błonnik pok.: 29.57 g; Sól: 7.48 g; WW: 35.88 Por; : 13.93 %; : 58.57 %; Ener. z T: 29.58 %; Ener. z Bł.: 2.23 %; K: 4123.14 mg;	Wartość energetyczna: 2346.65 kcal; Białko ogółem: 92.57 g; Tłuszcz: 64.53 g; Kw. tł. nasy.: 27.38 g; Węglowodany ogółem: 355.00 g; W tym cukry: 116.01 g; Błonnik pok.: 25.77 g; Sól: 6.46 g; WW: 32.94 Por; : 15.78 %; : 60.51 %; Ener. z T: 24.75 %; Ener. z Bł.: 2.20 %; K: 3727.71 mg;	Wartość energetyczna: 2267.17 kcal; Białko ogółem: 107.98 g; Tłuszcz: 51.60 g; Kw. tł. nasy.: 23.61 g; Węglowodany ogółem: 355.97 g; W tym cukry: 109.58 g; Błonnik pok.: 27.66 g; Sól: 8.39 g; WW: 32.95 Por; : 19.05 %; : 62.80 %; Ener. z T: 20.48 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 4294.47 mg;

Jadłospisy z 22. tygodnia, tj. od dnia 2025-06-02 do dnia 2025-06-08 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa
2025-06-08 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ. może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Ser mozzarella kulki 25 g (<u>MLE.</u>) Rzodkiewka 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ. może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Ser mozzarella kulki 25 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ. może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Ser mozzarella kulki 25 g (<u>MLE.</u>) Rzodkiewka 100 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ. może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Budyn o smaku śmietankowym z/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ. może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Ser mozzarella kulki 25 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 25 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody.w.osł.niejad 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 25 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</u>)	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ. może zawierać: ORZ.</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 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 25 g (<u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ. może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Wafle ryżowe 30 g
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g (<u>MLE.</u>) Południca Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ.</u>)						
	Obiad	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Kotlet schabowy 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>) Mizeria 100 g (<u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 100 g (<u>MLE.</u>) Mizeria 100 g (<u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Kotlety sojowe 100 g (<u>SOJ.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>) Mizeria 200 g (<u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 70 ml Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
PD		Kefir 1,5% t 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)				Kefir 1,5% t 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml		Kefir 1,5% t 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	

Jadłospisy z 22. tygodnia, tj. od dnia 2025-06-02 do dnia 2025-06-08 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa
2025-06-08 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 JECZ,</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 JECZ,</u>)	Szynka z indykem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 60 g (<u>SOJ,</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 150 g Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</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>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/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>) Jabłko pieczone 150 g	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 JECZ,</u>)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynka z indykem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 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% 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 JECZ,</u>)	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u>) Masło extra 82% 14 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>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek prażonych 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 przecierowy Kubuś 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>)
		Wartość energetyczna: 2413.85 kcal; Białko ogółem: 90.39 g; Tłuszcz: 85.23 g; Kw. tł. nasy.: 35.18 g; Węglowodany ogółem: 325.87 g; W tym cukry: 80.31 g; Błonnik pok.: 29.59 g; Sól: 6.91 g; WW: 29.65 Por; : 14.98 %; : 54.00 %; Ener. z T: 31.78 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 4110.79 mg;	Wartość energetyczna: 2397.55 kcal; Białko ogółem: 104.68 g; Tłuszcz: 75.89 g; Kw. tł. nasy.: 34.33 g; Węglowodany ogółem: 329.46 g; W tym cukry: 83.91 g; Błonnik pok.: 28.45 g; Sól: 6.63 g; WW: 30.16 Por; : 17.46 %; : 54.97 %; Ener. z T: 28.49 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 4484.92 mg;	Wartość energetyczna: 2583.51 kcal; Białko ogółem: 120.08 g; Tłuszcz: 83.45 g; Kw. tł. nasy.: 38.46 g; Węglowodany ogółem: 346.33 g; W tym cukry: 84.92 g; Błonnik pok.: 33.61 g; Sól: 9.50 g; WW: 31.38 Por; : 18.59 %; : 53.62 %; Ener. z T: 29.07 %; Ener. z Bł.: 2.60 %; K: 4635.42 mg;	Wartość energetyczna: 1577.54 kcal; Białko ogółem: 92.33 g; Tłuszcz: 52.08 g; Kw. tł. nasy.: 20.98 g; Węglowodany ogółem: 199.35 g; W tym cukry: 28.41 g; Błonnik pok.: 29.54 g; Sól: 8.53 g; WW: 17.02 Por; : 23.41 %; : 50.55 %; Ener. z T: 29.71 %; Ener. z Bł.: 3.74 %; K: 3530.34 mg;	Wartość energetyczna: 2381.80 kcal; Białko ogółem: 107.38 g; Tłuszcz: 63.99 g; Kw. tł. nasy.: 30.77 g; Węglowodany ogółem: 353.60 g; W tym cukry: 101.89 g; Błonnik pok.: 21.65 g; Sól: 6.90 g; WW: 33.26 Por; : 18.03 %; : 59.38 %; Ener. z T: 24.18 %; Ener. z Bł.: 1.82 %; K: 4246.02 mg;	Wartość energetyczna: 2359.40 kcal; Białko ogółem: 104.48 g; Tłuszcz: 75.25 g; Kw. tł. nasy.: 34.22 g; Węglowodany ogółem: 318.32 g; W tym cukry: 83.17 g; Błonnik pok.: 21.64 g; Sól: 6.16 g; WW: 29.72 Por; : 17.71 %; : 53.97 %; Ener. z T: 28.70 %; Ener. z Bł.: 1.83 %; K: 4292.67 mg;	Wartość energetyczna: 2052.71 kcal; Białko ogółem: 85.27 g; Tłuszcz: 54.12 g; Kw. tł. nasy.: 17.95 g; Węglowodany ogółem: 315.43 g; W tym cukry: 111.81 g; Błonnik pok.: 24.60 g; Sól: 7.45 g; WW: 29.11 Por; : 16.62 %; : 61.47 %; Ener. z T: 23.73 %; Ener. z Bł.: 2.40 %; K: 3688.32 mg;	Wartość energetyczna: 2366.55 kcal; Białko ogółem: 94.44 g; Tłuszcz: 74.99 g; Kw. tł. nasy.: 41.24 g; Węglowodany ogółem: 328.82 g; W tym cukry: 79.83 g; Błonnik pok.: 29.46 g; Sól: 5.76 g; WW: 29.96 Por; : 15.96 %; : 55.58 %; Ener. z T: 28.52 %; Ener. z Bł.: 2.49 %; K: 3691.46 mg;	Wartość energetyczna: 2086.59 kcal; Białko ogółem: 72.29 g; Tłuszcz: 71.42 g; Kw. tł. nasy.: 27.45 g; Węglowodany ogółem: 296.20 g; W tym cukry: 64.74 g; Błonnik pok.: 27.46 g; Sól: 5.88 g; WW: 26.79 Por; : 13.86 %; : 56.78 %; Ener. z T: 30.81 %; Ener. z Bł.: 2.63 %; K: 3686.33 mg;	Wartość energetyczna: 2239.03 kcal; Białko ogółem: 99.37 g; Tłuszcz: 54.60 g; Kw. tł. nasy.: 20.85 g; Węglowodany ogółem: 345.92 g; W tym cukry: 100.28 g; Błonnik pok.: 25.54 g; Sól: 6.55 g; WW: 32.05 Por; : 17.75 %; : 61.80 %; Ener. z T: 21.95 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 4108.17 mg;

		STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna
2025-06-02 poniedziałek	Śniadanie	Bulka 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>) Kurczak gotowany-dr,produkt grubo rozdrobniony,parzony, z dod.białka, w osłonce niejadalnej. 25 g (<u>JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR</u>) Marchew gotowana z olejem* 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bulka 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>) Kurczak gotowany-dr,produkt grubo rozdrobniony,parzony, z dod.białka, w osłonce niejadalnej. 25 g (<u>JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR</u>) Salata zielona 20 g Salatka wiosenna - diety 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Salata zielona 20 g Salatka wiosenna - diety 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
	II ŚN			
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Banan 1szt. 1 szt Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Banan 1szt. 1 szt Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos majerankowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml
	PD	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Wafle ryżowe 30 g	

		STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna
2025-06-02 poniedziałek	Kolacja	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>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta warzywna* 60 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt		
		Wartość energetyczna: 1979.20 kcal; Białko ogółem: 46.66 g; Tłuszcz: 27.31 g; Kw. tł. nasy.: 12.60 g; Węglowodany ogółem: 400.74 g; W tym cukry: 174.75 g; Błonnik pok.: 26.76 g; Sól: 4.00 g; WW: 37.56 Por; : 9.43 %; : 80.99 %; Ener. z T: 12.42 %; Ener. z Bł.: 2.70 %; K: 2793.32 mg;	Wartość energetyczna: 2182.67 kcal; Białko ogółem: 43.35 g; Tłuszcz: 44.06 g; Kw. tł. nasy.: 17.78 g; Węglowodany ogółem: 417.76 g; W tym cukry: 166.27 g; Błonnik pok.: 29.90 g; Sól: 4.34 g; WW: 38.96 Por; : 7.95 %; : 76.56 %; Ener. z T: 18.17 %; Ener. z Bł.: 2.74 %; K: 3422.42 mg;	Wartość energetyczna: 2128.80 kcal; Białko ogółem: 69.78 g; Tłuszcz: 59.82 g; Kw. tł. nasy.: 14.12 g; Węglowodany ogółem: 337.12 g; W tym cukry: 103.89 g; Błonnik pok.: 25.58 g; Sól: 6.35 g; WW: 31.22 Por; : 13.11 %; : 63.34 %; Ener. z T: 25.29 %; Ener. z Bł.: 2.40 %; K: 3000.30 mg;

		STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna
2025-06-03 wtorek	Śniadanie	Bulka 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Bulka 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Bulka 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 Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt
	II ŚN			
	Obiad	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Pyzy ziemniaczane* 250 g Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew oprószana z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pyzy ziemniaczane* 250 g Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew oprószana z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew oprószana z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Dżem 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g

STAR- Ubogopurynowa		STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna
2025-06-03 wtorek	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLUPSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLUPSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Kurczak gotowany-dr.produkt grubo rozdrobniony,parzony, z dod.białka, w osłonce niejadalnej: 25 g (<u>JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: GLUPSZ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLUPSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,śre dno rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Sok owocowy pasteryzowany 0,3L 1 szt	Sok warzywny 0,3L 1 szt (<u>SEL.</u>)
		Wartość energetyczna: 1912.35 kcal; Białko ogółem: 45.41 g; Tłuszcz: 44.98 g; Kw. tł. nasy.: 19.11 g; Węglowodany ogółem: 340.20 g; W tym cukry: 69.50 g; Błonnik pok.: 26.90 g; Sól: 6.43 g; WW: 31.48 Por; : 9.50 %; : 71.16 %; Ener. z T: 21.17 %; Ener. z Bł.: 2.81 %; K: 1909.49 mg;	Wartość energetyczna: 1871.92 kcal; Białko ogółem: 47.04 g; Tłuszcz: 50.29 g; Kw. tł. nasy.: 21.66 g; Węglowodany ogółem: 317.12 g; W tym cukry: 81.68 g; Błonnik pok.: 23.59 g; Sól: 9.35 g; WW: 29.45 Por; : 10.05 %; : 67.76 %; Ener. z T: 24.18 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 1884.49 mg;

		STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna
2025-06-04 środa	Śniadanie	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g (<u>SOJ. MLE.</u>)	Bulka 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>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g (<u>SOJ. MLE.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową, wędzona, parzona 60 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)
	II ŚN			
	Obiad	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE. SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
	PD	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt		

		STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna
2025-06-04 środa	Kolacja	Bulka 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 warzywna* 60 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bulka 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 warzywna* 60 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		
		Wartość energetyczna: 1725.97 kcal; Białko ogółem: 46.30 g; Tłuszcz: 39.87 g; Kw. tł. nasy.: 14.35 g; Węglowodany ogółem: 305.39 g; W tym cukry: 65.10 g; Błonnik pok.: 26.78 g; Sól: 4.97 g; WW: 27.87 Por; : 10.73 %; : 70.78 %; Ener. z T: 20.79 %; Ener. z Bł.: 3.10 %; K: 2916.13 mg;	Wartość energetyczna: 1823.21 kcal; Białko ogółem: 46.39 g; Tłuszcz: 50.60 g; Kw. tł. nasy.: 21.46 g; Węglowodany ogółem: 305.48 g; W tym cukry: 65.18 g; Błonnik pok.: 26.78 g; Sól: 4.97 g; WW: 27.88 Por; : 10.18 %; : 67.02 %; Ener. z T: 24.98 %; Ener. z Bł.: 2.94 %; K: 2919.38 mg;	Wartość energetyczna: 2071.56 kcal; Białko ogółem: 79.68 g; Tłuszcz: 75.15 g; Kw. tł. nasy.: 24.31 g; Węglowodany ogółem: 276.45 g; W tym cukry: 62.89 g; Błonnik pok.: 19.79 g; Sól: 6.84 g; WW: 25.66 Por; : 15.39 %; : 53.38 %; Ener. z T: 32.65 %; Ener. z Bł.: 1.91 %; K: 3238.29 mg;

		STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna
2025-06-05 czwartek	Śniadanie	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 30 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Miód 30 g	Bulka 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>) Twarożek 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Miód 30 g	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 60 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Bulka pszenna długa krojona 25 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>)
	II ŚN			
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron z warzywami*. 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml		Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos boloński z mięsa wieprz łop - dieta* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml

Jadłospisy z 22. tygodnia, tj. od dnia 2025-06-02 do dnia 2025-06-08 KUCHNIA STARACHOWICE				
		STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna
2025-06-05 czwartek	PD	Banan 1szt. 1 szt		
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Sok warzywny 0,3l 1 szt (<u>SEL.</u>)	
		Wartość energetyczna: 1835.73 kcal; Białko ogółem: 48.36 g; Tłuszcz: 28.26 g; Kw. tł. nasy.: 14.02 g; Węglowodany ogółem: 357.40 g; W tym cukry: 106.85 g; Błonnik pok.: 26.97 g; Sól: 4.40 g; WW: 33.21 Por; : 10.54 %; : 77.88 %; Ener. z T: 13.86 %; Ener. z Bł.: 2.94 %; K: 2868.51 mg;	Wartość energetyczna: 1880.47 kcal; Białko ogółem: 51.03 g; Tłuszcz: 40.06 g; Kw. tł. nasy.: 21.42 g; Węglowodany ogółem: 342.16 g; W tym cukry: 91.06 g; Błonnik pok.: 24.71 g; Sól: 7.27 g; WW: 31.88 Por; : 10.85 %; : 72.78 %; Ener. z T: 19.17 %; Ener. z Bł.: 2.63 %; K: 3116.70 mg;	Wartość energetyczna: 1865.79 kcal; Białko ogółem: 80.34 g; Tłuszcz: 42.56 g; Kw. tł. nasy.: 15.18 g; Węglowodany ogółem: 296.65 g; W tym cukry: 87.57 g; Błonnik pok.: 15.80 g; Sól: 8.75 g; WW: 28.33 Por; : 17.22 %; : 63.60 %; Ener. z T: 20.53 %; Ener. z Bł.: 1.69 %; K: 2934.22 mg;

		STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna
2025-06-06 piątek	Śniadanie	Bulka 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>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bulka 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>) Dżem 25 g 2 szt Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Dżem 25 g 2 szt Salata zielona 20 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
	II ŚN			
	Obiad	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Knedle z włoszczyzną (*) 250 g (<u>SEL.</u>) Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
	PD	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (<u>SOJ.</u>)

		STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna
2025-06-06 piątek	Kolacja	Bulka 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 25 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (<u>SOJ.</u>)
	PN	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>)		Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g
		Wartość energetyczna: 1975.53 kcal; Białko ogółem: 54.32 g; Tłuszcz: 42.93 g; Kw. tł. nasy.: 18.60 g; Węglowodany ogółem: 359.35 g; W tym cukry: 96.17 g; Błonnik pok.: 29.69 g; Sól: 7.03 g; WW: 32.98 Por; : 11.00 %; : 72.76 %; Ener. z T: 19.56 %; Ener. z Bł.: 3.01 %; K: 2928.47 mg;	Wartość energetyczna: 2030.68 kcal; Białko ogółem: 40.77 g; Tłuszcz: 43.47 g; Kw. tł. nasy.: 19.55 g; Węglowodany ogółem: 386.42 g; W tym cukry: 106.24 g; Błonnik pok.: 30.73 g; Sól: 5.39 g; WW: 35.66 Por; : 8.03 %; : 76.12 %; Ener. z T: 19.27 %; Ener. z Bł.: 3.03 %; K: 3041.11 mg;	Wartość energetyczna: 2038.92 kcal; Białko ogółem: 68.05 g; Tłuszcz: 63.76 g; Kw. tł. nasy.: 18.52 g; Węglowodany ogółem: 311.42 g; W tym cukry: 115.55 g; Błonnik pok.: 23.67 g; Sól: 5.22 g; WW: 28.84 Por; : 13.35 %; : 61.10 %; Ener. z T: 28.14 %; Ener. z Bł.: 2.32 %; K: 3403.95 mg;

		STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna
2025-06-07 sobota	Śniadanie	Bulka 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>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 150 g	Bulka 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>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 150 g	Bulka 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 Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 150 g
	II śN			
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto wegetariańskie* 300 g (<u>SEL.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Risotto wegetariańskie* 300 g (<u>SEL.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	PD	Chrupki kukurydziane 20 g		Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (<u>SOJ.</u>)

		STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna
2025-06-07 sobota	Kolacja	Bulka 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 drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 25 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bulka 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 drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 25 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bulka 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 Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 80 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt		
		Wartość energetyczna: 1828.00 kcal; Białko ogółem: 46.41 g; Tłuszcz: 36.42 g; Kw. tł. nasy.: 14.23 g; Węglowodany ogółem: 343.60 g; W tym cukry: 101.14 g; Błonnik pok.: 29.84 g; Sól: 4.82 g; WW: 31.41 Por; : 10.16 %; : 75.19 %; Ener. z T: 17.93 %; Ener. z Bł.: 3.26 %; K: 3772.02 mg;	Wartość energetyczna: 1887.35 kcal; Białko ogółem: 46.60 g; Tłuszcz: 42.00 g; Kw. tł. nasy.: 18.53 g; Węglowodany ogółem: 346.31 g; W tym cukry: 103.13 g; Błonnik pok.: 30.88 g; Sól: 4.82 g; WW: 31.59 Por; : 9.88 %; : 73.40 %; Ener. z T: 20.03 %; Ener. z Bł.: 3.27 %; K: 4004.85 mg;	Wartość energetyczna: 2112.57 kcal; Białko ogółem: 81.55 g; Tłuszcz: 46.00 g; Kw. tł. nasy.: 15.88 g; Węglowodany ogółem: 356.90 g; W tym cukry: 115.51 g; Błonnik pok.: 28.29 g; Sól: 6.89 g; WW: 33.00 Por; : 15.44 %; : 67.58 %; Ener. z T: 19.60 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 4079.87 mg;

		STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna
2025-06-08 niedziela	Śniadanie	Bulka 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>) Miód 60 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Wafle ryżowe 30 g	Bulka 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>) Miód 60 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Wafle ryżowe 30 g	Bulka 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 z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</u>)
	II ŚN			
	Obiad	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 50 g Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 60 g Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	PD	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	

		STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna
2025-06-08 niedziela	Kolacja	Bulka 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 brzoskwiniovym 30 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek prażonych 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bulka 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 brzoskwiniovym 30 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek prażonych 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bulka 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 Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 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	
		Wartość energetyczna: 2212.53 kcal; Białko ogółem: 62.48 g; Tłuszcz: 47.22 g; Kw. tł. nasy.: 17.55 g; Węglowodany ogółem: 393.84 g; W tym cukry: 106.90 g; Błonnik pok.: 27.24 g; Sól: 4.28 g; WW: 36.65 Por; : 11.30 %; : 71.20 %; Ener. z T: 19.21 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 3491.75 mg;	Wartość energetyczna: 2266.82 kcal; Białko ogółem: 62.66 g; Tłuszcz: 50.22 g; Kw. tł. nasy.: 21.29 g; Węglowodany ogółem: 408.31 g; W tym cukry: 125.56 g; Błonnik pok.: 27.26 g; Sól: 6.21 g; WW: 38.07 Por; : 11.06 %; : 72.05 %; Ener. z T: 19.94 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 3432.10 mg;	Wartość energetyczna: 2062.51 kcal; Białko ogółem: 85.23 g; Tłuszcz: 56.08 g; Kw. tł. nasy.: 18.35 g; Węglowodany ogółem: 319.81 g; W tym cukry: 85.49 g; Błonnik pok.: 28.47 g; Sól: 9.54 g; WW: 29.17 Por; : 16.53 %; : 62.02 %; Ener. z T: 24.47 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K: 3902.97 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 JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

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