

Jadłospisy z 32. tygodnia, tj. od dnia 2025-08-11 do dnia 2025-08-17 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Niskobiałkowa
2025-08-11 poniedziałek	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>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</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>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>)	Jogurt naturalny 150g, 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/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>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Marchew gotowana z olejem* 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka piastowska-wędzona, parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</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>) Szynkowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 30 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej g (<u>SOJ.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>)	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 30 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej g (<u>SOJ.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</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% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</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>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml 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
	II ŚN				Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)						

Jadłospisy z 32. tygodnia, tj. od dnia 2025-08-11 do dnia 2025-08-17 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Niskobiałkowa
2025-08-11 poniedziałek	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Ryż z jabłkami. 300 g Sos jogurtowo-truska wkowy* 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż z jabłkami. 300 g Sos jogurtowo-truska wkowy* 100 g (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż z jabłkami. 400 g Sos jogurtowo-truska wkowy* 150 g (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 100 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos ziołowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż z jabłkami. 300 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml			Wielowarzywna z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryż z jabłkami. 300 g Sos jogurtowo-truska wkowy* 100 g (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż z jabłkami. 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * (bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż z jabłkami. 300 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	PD	Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenney 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenney 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</u>)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (<u>MLE.</u>)					Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)

Jadłospisy z 32. tygodnia, tj. od dnia 2025-08-11 do dnia 2025-08-17 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Niskobiałkowa
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.) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 60 g (SOJ.) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE.) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 30 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt			Jabłko 150 g		Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt				
	Wartość energetyczna: 2036.24 kcal; Białko ogółem: 61.41 g; Tłuszcz: 59.67 g; Kw. tł. nasy.: 29.45 g; Węglowodany ogółem: 327.58 g; W tym cukry: 90.10 g; Błonnik pok.: 25.39 g; Sól: 6.77 g; WW: 30.42 Por; : 12.06 %; : 64.35 %; Ener. z T: 26.37 %; Ener. z Bł.: 2.49 %; K: 2531.85 mg;	Wartość energetyczna: 1942.02 kcal; Białko ogółem: 59.38 g; Tłuszcz: 49.04 g; Kw. tł. nasy.: 25.75 g; Węglowodany ogółem: 329.10 g; W tym cukry: 81.30 g; Błonnik pok.: 22.35 g; Sól: 5.85 g; WW: 30.84 Por; : 12.23 %; : 67.79 %; Ener. z T: 22.73 %; Ener. z Bł.: 2.30 %; K: 2313.47 mg;	Wartość energetyczna: 2587.25 kcal; Białko ogółem: 97.17 g; Tłuszcz: 81.01 g; Kw. tł. nasy.: 44.48 g; Węglowodany ogółem: 386.61 g; W tym cukry: 80.66 g; Błonnik pok.: 31.83 g; Sól: 9.65 g; WW: 35.65 Por; : 15.02 %; : 59.77 %; Ener. z T: 28.18 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 2984.36 mg;	Wartość energetyczna: 1706.61 kcal; Białko ogółem: 87.86 g; Tłuszcz: 62.91 g; Kw. tł. nasy.: 15.00 g; Węglowodany ogółem: 214.10 g; W tym cukry: 37.90 g; Błonnik pok.: 35.20 g; Sól: 5.63 g; WW: 17.94 Por; : 20.59 %; : 50.18 %; Ener. z T: 33.18 %; Ener. z Bł.: 4.13 %; K: 3400.50 mg;	Wartość energetyczna: 2184.14 kcal; Białko ogółem: 73.97 g; Tłuszcz: 53.26 g; Kw. tł. nasy.: 27.38 g; Węglowodany ogółem: 363.55 g; W tym cukry: 96.21 g; Błonnik pok.: 20.63 g; Sól: 5.66 g; WW: 34.45 Por; : 13.55 %; : 66.58 %; Ener. z T: 21.95 %; Ener. z Bł.: 1.89 %; K: 2528.91 mg;	Wartość energetyczna: 1995.36 kcal; Białko ogółem: 67.52 g; Tłuszcz: 51.46 g; Kw. tł. nasy.: 28.08 g; Węglowodany ogółem: 324.33 g; W tym cukry: 88.33 g; Błonnik pok.: 17.19 g; Sól: 5.93 g; WW: 30.88 Por; : 13.54 %; : 65.02 %; Ener. z T: 23.21 %; Ener. z Bł.: 1.72 %; K: 2374.34 mg;	Wartość energetyczna: 2182.99 kcal; Białko ogółem: 59.89 g; Tłuszcz: 65.36 g; Kw. tł. nasy.: 41.11 g; Węglowodany ogółem: 349.20 g; W tym cukry: 99.41 g; Błonnik pok.: 22.35 g; Sól: 4.01 g; WW: 32.93 Por; : 10.97 %; : 63.99 %; Ener. z T: 26.94 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 2564.44 mg;	Wartość energetyczna: 1969.12 kcal; Białko ogółem: 48.07 g; Tłuszcz: 56.67 g; Kw. tł. nasy.: 25.58 g; Węglowodany ogółem: 321.37 g; W tym cukry: 80.07 g; Błonnik pok.: 22.67 g; Sól: 3.46 g; WW: 29.91 Por; : 9.76 %; : 65.28 %; Ener. z T: 25.90 %; Ener. z Bł.: 2.30 %; K: 2043.27 mg;	Wartość energetyczna: 1882.81 kcal; Białko ogółem: 60.40 g; Tłuszcz: 42.94 g; Kw. tł. nasy.: 21.74 g; Węglowodany ogółem: 326.67 g; W tym cukry: 78.82 g; Błonnik pok.: 21.81 g; Sól: 5.90 g; WW: 30.64 Por; : 12.83 %; : 69.40 %; Ener. z T: 20.52 %; Ener. z Bł.: 2.32 %; K: 2332.94 mg;	Wartość energetyczna: 1771.69 kcal; Białko ogółem: 40.73 g; Tłuszcz: 40.12 g; Kw. tł. nasy.: 21.18 g; Węglowodany ogółem: 325.32 g; W tym cukry: 74.76 g; Błonnik pok.: 22.92 g; Sól: 4.09 g; WW: 30.44 Por; : 9.20 %; : 73.45 %; Ener. z T: 20.38 %; Ener. z Bł.: 2.59 %; K: 1971.69 mg;

Jadłospisy z 32. tygodnia, tj. od dnia 2025-08-11 do dnia 2025-08-17 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Niskobiałkowa
2025-08-12 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE,</u>) Schab Maryny-wędzonka 60 g (<u>SOJ, MLE,</u> <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE,</u>) Schab Maryny-wędzonka 60 g (<u>SOJ, MLE,</u> <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ,</u>) Jabłko 150 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE,</u>) Schab Maryny-wędzonka 60 g (<u>SOJ, MLE,</u> <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE,</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE,</u>) Schab Maryny-wędzonka 60 g (<u>SOJ, MLE,</u> <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE,</u>) Schab Maryny-wędzonka 60 g (<u>SOJ, MLE,</u> <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL,</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE,</u>) Schab Maryny-wędzonka 60 g (<u>SOJ, MLE,</u> <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ,</u>) Jabłko 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE,</u>) Szynka zielonogórska-wp. parzona 60 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Schab Maryny-wędzonka 60 g (<u>SOJ, MLE,</u> <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ,</u>) Jabłko 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (<u>SOJ,</u>)						

Jadłospisy z 32. tygodnia, tj. od dnia 2025-08-11 do dnia 2025-08-17 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Vegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Niskobiałkowa
Obiad	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza gryczana 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kalarepek, jabłka i marchewki z olejem () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza gryczana 100 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kalarepek, jabłka i marchewki z olejem () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kopytka ziemniaczane () 250 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kalarepek, jabłka i marchewki z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Solferino (bez glutenu)*() 400 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa (bez glutenu) 100 g (JAJ.) Sos ziołowy* (bez glutenu) 50 ml (SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Solferino (bez mleka)*() 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Pyzy ziemniaczane* 250 g Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
PD	Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.)					Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.)				Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzo skwinia 100g (tubka) 1 szt
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szprot w sosie pomidorowym 40 g (RYB, SEL.) Szprot w sosie pomidorowym 80 g (RYB, SEL.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynkowa 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twarożek 60 g (MLE.) Sniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzony w osłonce 80 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE.) Szprot w sosie pomidorowym 40 g (RYB, SEL.) Szprot w sosie pomidorowym 80 g (RYB, SEL.) Pomidor 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 ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Sniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzony w osłonce 80 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Sniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzony w osłonce 80 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Sniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzony w osłonce 80 g (SOJ.) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, ORZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Sniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzony w osłonce 80 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzony w osłonce 80 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta warzywna* 60 g (SEL.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml

Jadłospisy z 32. tygodnia, tj. od dnia 2025-08-11 do dnia 2025-08-17 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Vegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Niskobiałkowa
PN	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt			Gruszka 150 g		Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt				
2025-08-12 wtorek	Wartość energetyczna: 2705.79 kcal; Białko ogółem: 130.19 g; Tłuszcz: 85.44 g; Kw. tł. nasy.: 35.49 g; Węglowodany ogółem: 368.59 g; W tym cukry: 98.85 g; Błonnik pok.: 35.18 g; Sól: 8.58 g; WW: 33.15 Por; : 19.25 %; : 54.49 %; Ener. z T: 28.42 %; Ener. z Bł.: 2.60 %; K: 3889.68 mg;	Wartość energetyczna: 2263.96 kcal; Białko ogółem: 112.37 g; Tłuszcz: 57.90 g; Kw. tł. nasy.: 28.79 g; Węglowodany ogółem: 334.36 g; W tym cukry: 98.42 g; Błonnik pok.: 28.38 g; Sól: 9.51 g; WW: 30.53 Por; : 19.85 %; : 59.07 %; Ener. z T: 23.02 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 3746.06 mg;	Wartość energetyczna: 2874.74 kcal; Białko ogółem: 153.41 g; Tłuszcz: 91.57 g; Kw. tł. nasy.: 46.36 g; Węglowodany ogółem: 373.25 g; W tym cukry: 93.56 g; Błonnik pok.: 33.42 g; Sól: 11.81 g; WW: 34.05 Por; : 21.35 %; : 51.93 %; Ener. z T: 28.67 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 4181.51 mg;	Wartość energetyczna: 1994.02 kcal; Białko ogółem: 110.39 g; Tłuszcz: 69.93 g; Kw. tł. nasy.: 24.86 g; Węglowodany ogółem: 247.20 g; W tym cukry: 37.22 g; Błonnik pok.: 34.66 g; Sól: 8.52 g; WW: 20.99 Por; : 22.14 %; : 49.59 %; Ener. z T: 31.56 %; Ener. z Bł.: 3.48 %; K: 3551.07 mg;	Wartość energetyczna: 2394.54 kcal; Białko ogółem: 100.52 g; Tłuszcz: 76.04 g; Kw. tł. nasy.: 32.42 g; Węglowodany ogółem: 338.45 g; W tym cukry: 70.82 g; Błonnik pok.: 25.25 g; Sól: 9.44 g; WW: 31.31 Por; : 16.79 %; : 56.54 %; Ener. z T: 28.58 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 3602.81 mg;	Wartość energetyczna: 2308.20 kcal; Białko ogółem: 110.60 g; Tłuszcz: 67.87 g; Kw. tł. nasy.: 32.21 g; Węglowodany ogółem: 322.22 g; W tym cukry: 97.36 g; Błonnik pok.: 23.22 g; Sól: 9.77 g; WW: 29.88 Por; : 19.17 %; : 55.84 %; Ener. z T: 26.46 %; Ener. z Bł.: 2.01 %; K: 3595.56 mg;	Wartość energetyczna: 2598.82 kcal; Białko ogółem: 93.40 g; Tłuszcz: 72.31 g; Kw. tł. nasy.: 28.51 g; Węglowodany ogółem: 406.38 g; W tym cukry: 140.01 g; Błonnik pok.: 31.27 g; Sól: 5.94 g; WW: 37.53 Por; : 14.38 %; : 62.55 %; Ener. z T: 25.04 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 4873.65 mg;	Wartość energetyczna: 2218.12 kcal; Białko ogółem: 86.87 g; Tłuszcz: 70.50 g; Kw. tł. nasy.: 29.06 g; Węglowodany ogółem: 311.77 g; W tym cukry: 87.37 g; Błonnik pok.: 24.02 g; Sól: 6.75 g; WW: 28.70 Por; : 15.67 %; : 56.22 %; Ener. z T: 28.60 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 3066.03 mg;	Wartość energetyczna: 2298.26 kcal; Białko ogółem: 111.39 g; Tłuszcz: 61.86 g; Kw. tł. nasy.: 27.94 g; Węglowodany ogółem: 334.92 g; W tym cukry: 97.95 g; Błonnik pok.: 28.38 g; Sól: 10.19 g; WW: 30.65 Por; : 19.39 %; : 58.29 %; Ener. z T: 24.22 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 3744.06 mg;	Wartość energetyczna: 1841.10 kcal; Białko ogółem: 111.39 g; Tłuszcz: 37.62 g; Tłuszcz: 32.92 g; Kw. tł. nasy.: 14.67 g; Węglowodany ogółem: 358.58 g; W tym cukry: 125.85 g; Błonnik pok.: 25.65 g; Sól: 5.68 g; WW: 33.40 Por; : 8.17 %; : 77.90 %; Ener. z T: 16.09 %; Ener. z Bł.: 2.79 %; K: 3099.06 mg;
2025-08-13 środa Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Banan 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Banan 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Banan 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Banan 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Banan 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ. może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Banan 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Banan 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml

Jadłospisy z 32. tygodnia, tj. od dnia 2025-08-11 do dnia 2025-08-17 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Niskobiałkowa
2025-08-13 środa	II ŚN				Gruszka 150 g						
	Obiad	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos brokułowy 50 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE, SEL.</u>) Dynia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos brokułowy 50 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE, SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 100 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos brokułowy 50 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE, SEL.</u>) Sałata zielona z kefirem 60 g (<u>MLE.</u>) Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos brokułowy 50 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE, SEL.</u>) Dynia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos brokułowy 50 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE, SEL.</u>) Dynia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ.</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	Ryżowa* 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos brokułowy (bez glutenu) 50 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Dynia z wody 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos brokułowy 50 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE, SEL.</u>) Dynia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g Dynia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) 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>)		Jogurt typu islandzkiego różne smaki Skyr 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)			Chrupki kukurydziane 20 g			

Jadłospisy z 32. tygodnia, tj. od dnia 2025-08-11 do dnia 2025-08-17 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Niskobiałkowa
2025-08-13 środa	Kolacja	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>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wę dz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 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.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wę dz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wę dz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryż 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.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wę dz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wę dz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 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.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ.</u> <u>może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka 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>) 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	Bułka 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>) Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g (<u>MLE.</u>) Schab Maryny-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ.</u> <u>MLE.</u> <u>może zawierać: GLU PSZ.</u> <u>JAJ.</u> <u>SEL.</u> <u>GOR.</u>)		Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (<u>SOJ.</u>)

Jadłospisy z 32. tygodnia, tj. od dnia 2025-08-11 do dnia 2025-08-17 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Niskobiałkowa
2025-08-13 środa	Wartość energetyczna: 2071.46 kcal; Białko ogółem: 99.75 g; Tłuszcz: 56.99 g; Kw. tł. nasy.: 27.21 g; Węglowodany ogółem: 297.77 g; W tym cukry: 94.23 g; Błonnik pok.: 25.54 g; Sól: 7.39 g; WW: 27.30 Por; : 19.26 %; : 57.50 %; Ener. z T: 24.76 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 3593.52 mg;	Wartość energetyczna: 2187.12 kcal; Białko ogółem: 104.88 g; Tłuszcz: 57.28 g; Kw. tł. nasy.: 27.10 g; Węglowodany ogółem: 319.82 g; W tym cukry: 98.98 g; Błonnik pok.: 26.89 g; Sól: 7.03 g; WW: 29.01 Por; : 19.18 %; : 58.49 %; Ener. z T: 23.57 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 3954.16 mg;	Wartość energetyczna: 2310.59 kcal; Białko ogółem: 121.20 g; Tłuszcz: 63.47 g; Kw. tł. nasy.: 28.92 g; Węglowodany ogółem: 322.97 g; W tym cukry: 91.63 g; Błonnik pok.: 32.05 g; Sól: 8.44 g; WW: 29.01 Por; : 20.98 %; : 55.91 %; Ener. z T: 24.72 %; Ener. z Bł.: 2.77 %; K: 4171.16 mg;	Wartość energetyczna: 1531.94 kcal; Białko ogółem: 95.23 g; Tłuszcz: 43.59 g; Kw. tł. nasy.: 15.43 g; Węglowodany ogółem: 202.45 g; W tym cukry: 40.46 g; Błonnik pok.: 30.97 g; Sól: 6.96 g; WW: 17.13 Por; : 24.87 %; : 52.86 %; Ener. z T: 25.61 %; Ener. z Bł.: 4.04 %; K: 3022.67 mg;	Wartość energetyczna: 2240.23 kcal; Białko ogółem: 95.84 g; Tłuszcz: 57.09 g; Kw. tł. nasy.: 27.96 g; Węglowodany ogółem: 342.78 g; W tym cukry: 114.17 g; Błonnik pok.: 16.03 g; Sól: 6.71 g; WW: 32.69 Por; : 17.11 %; : 61.20 %; Ener. z T: 22.94 %; Ener. z Bł.: 1.43 %; K: 3249.48 mg;	Wartość energetyczna: 2137.22 kcal; Białko ogółem: 104.03 g; Tłuszcz: 56.69 g; Kw. tł. nasy.: 27.00 g; Węglowodany ogółem: 307.06 g; W tym cukry: 98.34 g; Błonnik pok.: 21.73 g; Sól: 6.61 g; WW: 28.54 Por; : 19.47 %; : 57.47 %; Ener. z T: 23.87 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 3803.66 mg;	Wartość energetyczna: 2320.60 kcal; Białko ogółem: 90.78 g; Tłuszcz: 73.66 g; Kw. tł. nasy.: 41.51 g; Węglowodany ogółem: 329.33 g; W tym cukry: 102.16 g; Błonnik pok.: 22.18 g; Sól: 5.05 g; WW: 30.76 Por; : 15.65 %; : 56.77 %; Ener. z T: 28.57 %; Ener. z Bł.: 1.91 %; K: 1996.72 mg;	Wartość energetyczna: 1987.00 kcal; Białko ogółem: 73.67 g; Tłuszcz: 51.12 g; Kw. tł. nasy.: 20.86 g; Węglowodany ogółem: 307.45 g; W tym cukry: 111.51 g; Błonnik pok.: 23.62 g; Sól: 3.55 g; WW: 28.37 Por; : 14.83 %; : 61.89 %; Ener. z T: 23.16 %; Ener. z Bł.: 2.38 %; K: 3343.83 mg;	Wartość energetyczna: 1993.17 kcal; Białko ogółem: 89.51 g; Tłuszcz: 39.60 g; Kw. tł. nasy.: 16.31 g; Węglowodany ogółem: 326.08 g; W tym cukry: 113.62 g; Błonnik pok.: 24.81 g; Sól: 5.34 g; WW: 30.18 Por; : 17.96 %; : 65.44 %; Ener. z T: 17.88 %; Ener. z Bł.: 2.49 %; K: 3687.06 mg;	Wartość energetyczna: 1887.37 kcal; Białko ogółem: 56.97 g; Tłuszcz: 43.62 g; Kw. tł. nasy.: 20.04 g; Węglowodany ogółem: 323.96 g; W tym cukry: 110.93 g; Błonnik pok.: 24.18 g; Sól: 4.35 g; WW: 29.97 Por; : 12.07 %; : 68.66 %; Ener. z T: 20.80 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 3351.76 mg;
2025-08-14 czwartek Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno 25 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno 25 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno 70 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Ser żółty 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno 25 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenno 80 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno 25 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ. może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g 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.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno 25 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Miód 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chalka 80 g (GLU PSZ. JAJ.)

Jadłospisy z 32. tygodnia, tj. od dnia 2025-08-11 do dnia 2025-08-17 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Niskobiałkowa
2025-08-14 czwartek	II ŚN					Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>)					
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatki 350 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Banan 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 250 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 200 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z warzywami* 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) (*) 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Makaron bezglutenowy 200 g Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>SEL.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron z warzywami* 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	PD	Jabłko 150 g	Koktajl bananowy 250 ml (<u>MLE.</u>)		Jabłko 150 g	Jabłko 150 g					

Jadłospisy z 32. tygodnia, tj. od dnia 2025-08-11 do dnia 2025-08-17 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Niskobiałkowa
2025-08-14 czwartek	Kolacja	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenney 30 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasztet z ciecierzycy * 60 g (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Ser mozzarella kulki 25 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLUPSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenney 35 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLUPSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenney 70 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 60 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenney 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE.) Pasztet z ciecierzycy * 60 g (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Ser mozzarella kulki 25 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLUPSZ.) Chleb mieszaný pszenno-żytni 35 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Pasta warzywna* 60 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 60 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLUPSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenney 35 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasztet z ciecierzycy * 60 g (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Ser mozzarella kulki 25 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLUPSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenney 35 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLUPSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenney 35 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta warzywna* 60 g (SEL.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt			Sok warzywny 0,3l 1 szt (SEL.)		Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2447.63 kcal; Białko ogółem: 83.16 g; Tłuszcz: 81.94 g; Kw. tł. nasy.: 34.08 g; Węglowodany ogółem: 357.70 g; W tym cukry: 117.33 g; Błonnik pok.: 35.26 g; Sól: 7.33 g; WW: 32.28 Por; : 13.59 %; : 58.46 %; Ener. z T: 30.13 %; Ener. z Bł.: 2.88 %; K: 3988.11 mg;	Wartość energetyczna: 2202.83 kcal; Białko ogółem: 87.78 g; Tłuszcz: 62.07 g; Kw. tł. nasy.: 25.87 g; Węglowodany ogółem: 338.68 g; W tym cukry: 89.32 g; Błonnik pok.: 30.23 g; Sól: 7.62 g; WW: 30.72 Por; : 15.94 %; : 61.50 %; Ener. z T: 25.36 %; Ener. z Bł.: 2.74 %; K: 4044.73 mg;	Wartość energetyczna: 2937.15 kcal; Białko ogółem: 138.80 g; Tłuszcz: 107.26 g; Kw. tł. nasy.: 50.85 g; Węglowodany ogółem: 373.02 g; W tym cukry: 104.54 g; Błonnik pok.: 34.68 g; Sól: 10.65 g; WW: 33.77 Por; : 18.90 %; : 50.80 %; Ener. z T: 32.87 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 4880.83 mg;	Wartość energetyczna: 1962.13 kcal; Białko ogółem: 85.74 g; Tłuszcz: 68.40 g; Kw. tł. nasy.: 20.87 g; Węglowodany ogółem: 264.85 g; W tym cukry: 58.54 g; Błonnik pok.: 42.47 g; Sól: 9.75 g; WW: 22.23 Por; : 17.48 %; : 53.99 %; Ener. z T: 31.37 %; Ener. z Bł.: 4.33 %; K: 4165.25 mg;	Wartość energetyczna: 2406.83 kcal; Białko ogółem: 96.11 g; Tłuszcz: 68.12 g; Kw. tł. nasy.: 28.10 g; Węglowodany ogółem: 362.06 g; W tym cukry: 88.53 g; Błonnik pok.: 21.00 g; Sól: 8.05 g; WW: 34.06 Por; : 15.97 %; : 60.17 %; Ener. z T: 25.47 %; Ener. z Bł.: 1.75 %; K: 3662.29 mg;	Wartość energetyczna: 2272.45 kcal; Białko ogółem: 88.46 g; Tłuszcz: 68.13 g; Kw. tł. nasy.: 27.41 g; Węglowodany ogółem: 339.16 g; W tym cukry: 109.01 g; Błonnik pok.: 25.03 g; Sól: 7.86 g; WW: 31.45 Por; : 15.57 %; : 59.70 %; Ener. z T: 26.98 %; Ener. z Bł.: 2.20 %; K: 3722.40 mg;	Wartość energetyczna: 2327.85 kcal; Białko ogółem: 76.82 g; Tłuszcz: 73.55 g; Kw. tł. nasy.: 37.33 g; Węglowodany ogółem: 353.12 g; W tym cukry: 91.66 g; Błonnik pok.: 36.01 g; Sól: 6.42 g; WW: 31.65 Por; : 13.20 %; : 60.68 %; Ener. z T: 28.43 %; Ener. z Bł.: 3.09 %; K: 3986.73 mg;	Wartość energetyczna: 2159.75 kcal; Białko ogółem: 67.51 g; Tłuszcz: 69.20 g; Kw. tł. nasy.: 25.21 g; Węglowodany ogółem: 323.72 g; W tym cukry: 86.69 g; Błonnik pok.: 28.34 g; Sól: 5.01 g; WW: 29.28 Por; : 12.50 %; : 59.96 %; Ener. z T: 28.84 %; Ener. z Bł.: 2.62 %; K: 3379.76 mg;	Wartość energetyczna: 2142.99 kcal; Białko ogółem: 87.73 g; Tłuszcz: 55.47 g; Kw. tł. nasy.: 21.49 g; Węglowodany ogółem: 338.63 g; W tym cukry: 89.27 g; Błonnik pok.: 30.23 g; Sól: 7.62 g; WW: 30.72 Por; : 16.37 %; : 63.21 %; Ener. z T: 23.30 %; Ener. z Bł.: 2.82 %; K: 4042.73 mg;	Wartość energetyczna: 2105.73 kcal; Białko ogółem: 48.57 g; Tłuszcz: 41.75 g; Kw. tł. nasy.: 17.55 g; Węglowodany ogółem: 399.91 g; W tym cukry: 87.67 g; Błonnik pok.: 29.94 g; Sól: 3.96 g; WW: 36.92 Por; : 9.23 %; : 75.97 %; Ener. z T: 17.85 %; Ener. z Bł.: 2.84 %; K: 3363.58 mg;

Jadłospisy z 32. tygodnia, tj. od dnia 2025-08-11 do dnia 2025-08-17 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Niskobiałkowa
2025-08-15 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Twaróg półtłusty 60 g (MLE,) Przysmak śliwkowy do smarowania 25g 1 szt Gruszka 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Twaróg półtłusty 60 g (MLE,) Arbuz 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Chleb razowy żytnio-pszenno 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb razowy żytnio-pszenno 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,) Twaróg półtłusty 60 g (MLE,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,) Twaróg półtłusty 60 g (MLE,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, 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,) Twaróg półtłusty 60 g (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Arbuz 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Chleb razowy żytnio-pszenno 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Twaróg półtłusty 60 g (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Arbuz 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Chleb razowy żytnio-pszenno 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g	Bułka pszenna bezglutenowa 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Twaróg półtłusty 60 g (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Arbuz 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Twaróg półtłusty 60 g (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Arbuz 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Arbuz 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g
II ŚN				Chleb razowy żytnio-pszenno 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,)						

Jadłospisy z 32. tygodnia, tj. od dnia 2025-08-11 do dnia 2025-08-17 KUCHNIA STARACHOWICE

2025-08-15 piątek

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Niskobiałkowa
Obiad	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g (RYB.) Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 g Warzywa po grecku* 100 g (GLUPSZ, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g (RYB.) Warzywa po grecku* 200 g (GLUPSZ, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku* 200 g (GLUPSZ, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa* 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 100 g Łosoś pieczony 80g 80 g (RYB.) Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 g Warzywa po grecku* 100 g (GLUPSZ, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku* 150 g (GLUPSZ, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g (RYB.) Warzywa po grecku* 200 g (GLUPSZ, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Kotlety sojowe 70 g (SOJ.) Warzywa po grecku* 200 g (GLUPSZ, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g (RYB.) Warzywa po grecku* (bez glutenu) 200 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g (RYB.) Warzywa po grecku* 200 g (GLUPSZ, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Pyzy ziemniaczane* 250 g Warzywa po grecku* 200 g (GLUPSZ, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)					Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (MLE.)	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLUPSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 60 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLUPSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLUPSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 60 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml

Jadłospisy z 32. tygodnia, tj. od dnia 2025-08-11 do dnia 2025-08-17 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Niskobiałkowa
2025-08-15 piątek	PN	Przecier owocowy-jabłko 100g 1 g			Gruszka 150 g		Przecier owocowy-jabłko 100g 1 g				Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (SOJ.)
		Wartość energetyczna: 2292.14 kcal; Białko ogółem: 86.35 g; Tłuszcz: 82.44 g; Kw. tł. nasy.: 33.61 g; Węglowodany ogółem: 312.46 g; W tym cukry: 95.38 g; Błonnik pok.: 27.18 g; Sól: 5.83 g; WW: 28.50 Por; : 15.07 %; : 54.53 %; Ener. z T: 32.37 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 3748.60 mg;	Wartość energetyczna: 2272.32 kcal; Białko ogółem: 85.91 g; Tłuszcz: 78.07 g; Kw. tł. nasy.: 32.17 g; Węglowodany ogółem: 318.06 g; W tym cukry: 108.59 g; Błonnik pok.: 24.27 g; Sól: 4.97 g; WW: 29.40 Por; : 15.12 %; : 55.99 %; Ener. z T: 30.92 %; Ener. z Bł.: 2.14 %; K: 3940.20 mg;	Wartość energetyczna: 2495.83 kcal; Białko ogółem: 117.05 g; Tłuszcz: 75.20 g; Kw. tł. nasy.: 33.95 g; Węglowodany ogółem: 350.08 g; W tym cukry: 107.63 g; Błonnik pok.: 29.43 g; Sól: 8.20 g; WW: 32.09 Por; : 18.76 %; : 56.11 %; Ener. z T: 27.12 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 3907.40 mg;	Wartość energetyczna: 1689.85 kcal; Białko ogółem: 75.42 g; Tłuszcz: 71.96 g; Kw. tł. nasy.: 21.61 g; Węglowodany ogółem: 199.96 g; W tym cukry: 44.04 g; Błonnik pok.: 30.78 g; Sól: 5.12 g; WW: 16.93 Por; : 17.85 %; : 47.33 %; Ener. z T: 38.33 %; Ener. z Bł.: 3.64 %; K: 3316.50 mg;	Wartość energetyczna: 2232.10 kcal; Białko ogółem: 93.49 g; Tłuszcz: 58.73 g; Kw. tł. nasy.: 27.20 g; Węglowodany ogółem: 337.37 g; W tym cukry: 105.72 g; Błonnik pok.: 17.77 g; Sól: 4.83 g; WW: 31.98 Por; : 16.75 %; : 60.46 %; Ener. z T: 23.68 %; Ener. z Bł.: 1.59 %; K: 2859.53 mg;	Wartość energetyczna: 2231.58 kcal; Białko ogółem: 85.41 g; Tłuszcz: 74.55 g; Kw. tł. nasy.: 31.43 g; Węglowodany ogółem: 313.93 g; W tym cukry: 124.55 g; Błonnik pok.: 19.56 g; Sól: 4.49 g; WW: 29.49 Por; : 15.31 %; : 56.27 %; Ener. z T: 30.07 %; Ener. z Bł.: 1.75 %; K: 3789.70 mg;	Wartość energetyczna: 2144.83 kcal; Białko ogółem: 76.41 g; Tłuszcz: 59.90 g; Kw. tł. nasy.: 31.35 g; Węglowodany ogółem: 335.89 g; W tym cukry: 117.67 g; Błonnik pok.: 32.15 g; Sól: 4.93 g; WW: 30.38 Por; : 14.25 %; : 62.64 %; Ener. z T: 25.13 %; Ener. z Bł.: 3.00 %; K: 3063.52 mg;	Wartość energetyczna: 2105.02 kcal; Białko ogółem: 63.64 g; Tłuszcz: 73.22 g; Kw. tł. nasy.: 25.62 g; Węglowodany ogółem: 302.64 g; W tym cukry: 98.25 g; Błonnik pok.: 22.90 g; Sól: 1.89 g; WW: 27.86 Por; : 12.09 %; : 57.51 %; Ener. z T: 31.30 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 3378.33 mg;	Wartość energetyczna: 2092.72 kcal; Białko ogółem: 76.74 g; Tłuszcz: 54.71 g; Kw. tł. nasy.: 19.91 g; Węglowodany ogółem: 335.41 g; W tym cukry: 116.28 g; Błonnik pok.: 25.81 g; Sól: 5.10 g; WW: 31.04 Por; : 14.67 %; : 64.11 %; Ener. z T: 23.53 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 3354.30 mg;	Wartość energetyczna: 1978.84 kcal; Białko ogółem: 43.12 g; Tłuszcz: 42.82 g; Kw. tł. nasy.: 18.52 g; Węglowodany ogółem: 363.52 g; W tym cukry: 113.81 g; Błonnik pok.: 21.06 g; Sól: 5.32 g; WW: 34.23 Por; : 8.72 %; : 73.48 %; Ener. z T: 19.47 %; Ener. z Bł.: 2.13 %; K: 1884.84 mg;

Jadłospisy z 32. tygodnia, tj. od dnia 2025-08-11 do dnia 2025-08-17 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Niskobiałkowa
2025-08-16 sobota	Śniadanie	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ZYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenney 30 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka piastowska-wędz onka wieprzowa,wędzo na,parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE. SEL, GOR.</u>) Rzodkiewka 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenney 35 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka piastowska-wędz onka wieprzowa,wędzo na,parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE. SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenney 70 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka piastowska-wędz onka wieprzowa,wędzo na,parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE. SEL, GOR.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Chleb razowy żytnio-pszenney 80 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ZYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka piastowska-wędz onka wieprzowa,wędzo na,parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE. SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Rzodkiewka 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka piastowska-wędz onka wieprzowa,wędzo na,parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE. SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Kurczak gotowany-dr.prod ukt grubo rozdrobiony,parz ony, z dod.białka, w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>JAJ, SOJ, MLE. może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenney 35 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobiona 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Wafle ryżowe 30 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenney 35 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka piastowska-wędz onka wieprzowa,wędzo na,parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE. SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenney 35 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka piastowska-wędz onka wieprzowa,wędzo na,parzona z wodą dodaną. 25 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE. SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
	II ŚN					Sok pomidorowy 0,3l 1 szt					

Jadłospisy z 32. tygodnia, tj. od dnia 2025-08-11 do dnia 2025-08-17 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Niskobiałkowa
2025-08-16 sobota	Obiad	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL, GLU PSZ) Kasza bulgur 200 g (GLU PSZ) Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL, GLU) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL, GLU PSZ) Kasza bulgur 100 g (GLU PSZ) Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL) Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL, GLU) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL, GLU) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL, GLU) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (GLU PSZ, SEL) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL, GLU) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Potrawka drobiowa () (bez glutenu) 150 g (SEL) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL, GLU) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml (SEL, GLU) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Gulasz warzywny * 200 g (GLU PSZ, SEL) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	PD	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)				Serek homo owocowy 150g 1 szt (MLE)	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)			Jabłko pieczone 150 g
2025-08-16 sobota	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 14 g (MLE) Szynka zielonogórska-wp. parzona 60 g (SOJ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 14 g (MLE) Szynka zielonogórska-wp. parzona 60 g (SOJ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 14 g (MLE) Szynka zielonogórska-wp. parzona 60 g (SOJ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE) Szynka zielonogórska-wp. parzona 60 g (SOJ) Sałata zielona 20 g 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 ZYT) Masło extra 82% 14 g (MLE) Szynka zielonogórska-wp. parzona 60 g (SOJ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 14 g (MLE) Szynka zielonogórska-wp. parzona 60 g (SOJ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 14 g (MLE) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 60 g (SOJ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka zielonogórska-wp. parzona 60 g (SOJ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 14 g (MLE) Pasta warzywna* 80 g (SEL) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml

Jadłospisy z 32. tygodnia, tj. od dnia 2025-08-11 do dnia 2025-08-17 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Niskobiałkowa
2025-08-16 sobota	PN	Jabłko 150 g			Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g (<u>MLE.</u>) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, wędzo- na, parzona z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>)		Jabłko 150 g			Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g
		Wartość energetyczna: 2114.63 kcal; Białko ogółem: 89.29 g; Tłuszcz: 64.49 g; Kw. tł. nasy.: 21.82 g; Węglowodany ogółem: 304.73 g; W tym cukry: 91.12 g; Błonnik pok.: 30.25 g; Sól: 7.32 g; WW: 27.56 Por; : 16.89 %; : 57.64 %; Ener. z T: 27.45 %; Ener. z Bł.: 2.86 %; K: 3066.57 mg;	Wartość energetyczna: 2118.24 kcal; Białko ogółem: 89.95 g; Tłuszcz: 58.51 g; Kw. tł. nasy.: 21.52 g; Węglowodany ogółem: 323.89 g; W tym cukry: 95.59 g; Błonnik pok.: 32.57 g; Sól: 7.01 g; WW: 29.25 Por; : 16.99 %; : 61.16 %; Ener. z T: 24.86 %; Ener. z Bł.: 3.08 %; K: 3461.23 mg;	Wartość energetyczna: 2368.45 kcal; Białko ogółem: 113.15 g; Tłuszcz: 65.41 g; Kw. tł. nasy.: 24.17 g; Węglowodany ogółem: 348.86 g; W tym cukry: 98.75 g; Błonnik pok.: 35.69 g; Sól: 8.03 g; WW: 31.44 Por; : 19.11 %; : 58.92 %; Ener. z T: 24.85 %; Ener. z Bł.: 3.01 %; K: 3822.01 mg;	Wartość energetyczna: 1736.76 kcal; Białko ogółem: 90.40 g; Tłuszcz: 59.76 g; Kw. tł. nasy.: 14.43 g; Węglowodany ogółem: 224.64 g; W tym cukry: 33.36 g; Błonnik pok.: 34.85 g; Sól: 9.96 g; WW: 19.07 Por; : 20.82 %; : 51.74 %; Ener. z T: 30.97 %; Ener. z Bł.: 4.01 %; K: 3097.50 mg;	Wartość energetyczna: 2298.40 kcal; Białko ogółem: 90.41 g; Tłuszcz: 62.07 g; Kw. tł. nasy.: 26.55 g; Węglowodany ogółem: 358.93 g; W tym cukry: 100.28 g; Błonnik pok.: 30.21 g; Sól: 8.60 g; WW: 32.95 Por; : 15.73 %; : 62.47 %; Ener. z T: 24.31 %; Ener. z Bł.: 2.63 %; K: 3537.03 mg;	Wartość energetyczna: 2299.82 kcal; Białko ogółem: 95.08 g; Tłuszcz: 58.86 g; Kw. tł. nasy.: 23.94 g; Węglowodany ogółem: 361.99 g; W tym cukry: 102.64 g; Błonnik pok.: 28.78 g; Sól: 6.98 g; WW: 33.44 Por; : 16.54 %; : 62.96 %; Ener. z T: 23.04 %; Ener. z Bł.: 2.50 %; K: 3503.31 mg;	Wartość energetyczna: 2213.85 kcal; Białko ogółem: 72.01 g; Tłuszcz: 64.49 g; Kw. tł. nasy.: 21.02 g; Węglowodany ogółem: 350.73 g; W tym cukry: 101.24 g; Błonnik pok.: 39.99 g; Sól: 5.02 g; WW: 31.23 Por; : 13.01 %; : 63.37 %; Ener. z T: 26.22 %; Ener. z Bł.: 3.61 %; K: 3575.49 mg;	Wartość energetyczna: 2162.06 kcal; Białko ogółem: 76.42 g; Tłuszcz: 66.84 g; Kw. tł. nasy.: 20.82 g; Węglowodany ogółem: 322.53 g; W tym cukry: 73.11 g; Błonnik pok.: 31.06 g; Sól: 4.50 g; WW: 29.18 Por; : 14.14 %; : 59.67 %; Ener. z T: 27.82 %; Ener. z Bł.: 2.87 %; K: 3258.69 mg;	Wartość energetyczna: 1966.90 kcal; Białko ogółem: 88.93 g; Tłuszcz: 44.80 g; Kw. tł. nasy.: 16.61 g; Węglowodany ogółem: 317.27 g; W tym cukry: 92.10 g; Błonnik pok.: 31.17 g; Sól: 6.91 g; WW: 28.74 Por; : 18.09 %; : 64.52 %; Ener. z T: 20.50 %; Ener. z Bł.: 3.17 %; K: 3285.23 mg;	Wartość energetyczna: 2021.48 kcal; Białko ogółem: 45.73 g; Tłuszcz: 54.41 g; Kw. tł. nasy.: 18.56 g; Węglowodany ogółem: 356.00 g; W tym cukry: 112.71 g; Błonnik pok.: 42.38 g; Sól: 5.14 g; WW: 31.35 Por; : 9.05 %; : 70.44 %; Ener. z T: 24.22 %; Ener. z Bł.: 4.19 %; K: 3714.14 mg;

Jadłospisy z 32. tygodnia, tj. od dnia 2025-08-11 do dnia 2025-08-17 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Niskobiałkowa
2025-08-17 niedziela	Śniadanie	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>) Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE.</u> <u>GLU ŻYT.</u> <u>GLU JĘCZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>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.</u> <u>GLU ŻYT.</u> <u>GLU JĘCZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE.</u> <u>GLU ŻYT.</u> <u>GLU JĘCZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</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>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u>) Bułka 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>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE.</u> <u>GLU ŻYT.</u> <u>GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 25 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 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>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE.</u> <u>GLU ŻYT.</u> <u>GLU JĘCZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)	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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)	Bułka 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>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE.</u> <u>GLU ŻYT.</u> <u>GLU JĘCZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Miód 25 g
	II ŚN					Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</u>)					

Jadłospisy z 32. tygodnia, tj. od dnia 2025-08-11 do dnia 2025-08-17 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Niskobiałkowa
2025-08-17 niedziela	Obiad	Krem pomidorowy 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Mizeria 100 g (<u>MLE,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Krem pomidorowy 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 100 g Mizeria 100 g (<u>MLE,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pierogi ukraińskie * 300 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu)* 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 50 ml Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	PD	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE,</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Jabłko pieczone 150 g

Jadłospisy z 32. tygodnia, tj. od dnia 2025-08-11 do dnia 2025-08-17 KUCHNIA STARACHOWICE

2025-08-17 niedziela	Kolačia	STAR- I	STAR- II Łatwo	STAR- V	STAR- VII	STAR-	STAR- Dziecięca	STAR-	STAR-	STAR-	STAR-
		Podstawowa	strawna	Bogatobiałkowa	Cukrzycowa	Paliatywna		Wegetariańska	Bezglutenowa	Niskotłuszczowa	Niskobiałkowa
		Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenney 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Schab Maryny-wędzonka wieprzowa, wędzo na, parzona z wodą dodaną. 60 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenney 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Schab Maryny-wędzonka wieprzowa, wędzo na, parzona z wodą dodaną. 60 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenney 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Schab Maryny-wędzonka wieprzowa, wędzo na, parzona z wodą dodaną. 60 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenney 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE.) Schab Maryny-wędzonka wieprzowa, wędzo na, parzona z wodą dodaną. 60 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszaný pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Schab Maryny-wędzonka wieprzowa, wędzo na, parzona z wodą dodaną. 60 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzo na, parzona z wodą dodaną. 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenney 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Serek śmietankowy naturalny termizowany-twój smak 1 szt (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wę dz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenney 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab Maryny-wędzonka wieprzowa, wędzo na, parzona z wodą dodaną. 60 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenney 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Schab Maryny-wędzonka wieprzowa, wędzo na, parzona z wodą dodaną. 25 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
		Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt			Jabłko 150 g		Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt				
		PN									
2025-08-17 niedziela	Kolačia	Wartość energetyczna: 2282.21 kcal; Białko ogółem: 93.71 g; Tłuszcz: 98.07 g; Kw. tł. nasy.: 41.55 g; Węglowodany ogółem: 263.19 g; W tym cukry: 60.65 g; Błonnik pok.: 20.22 g; Sól: 9.94 g; WW: 24.28 Por; : 16.42 %; : 46.13 %; Ener. z T: 38.68 %; Ener. z Bł.: 1.77 %; K: 3003.92 mg;	Wartość energetyczna: 2052.54 kcal; Białko ogółem: 107.19 g; Tłuszcz: 59.90 g; Kw. tł. nasy.: 30.05 g; Węglowodany ogółem: 276.27 g; W tym cukry: 64.08 g; Błonnik pok.: 18.87 g; Sól: 8.63 g; WW: 25.86 Por; : 20.89 %; : 53.84 %; Ener. z T: 26.26 %; Ener. z Bł.: 1.84 %; K: 3377.28 mg;	Wartość energetyczna: 2416.54 kcal; Białko ogółem: 130.99 g; Tłuszcz: 77.90 g; Kw. tł. nasy.: 41.91 g; Węglowodany ogółem: 306.49 g; W tym cukry: 73.55 g; Błonnik pok.: 26.17 g; Sól: 8.23 g; WW: 28.17 Por; : 21.68 %; : 50.73 %; Ener. z T: 29.01 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 3976.33 mg;	Wartość energetyczna: 1546.83 kcal; Białko ogółem: 88.00 g; Tłuszcz: 55.02 g; Kw. tł. nasy.: 18.09 g; Węglowodany ogółem: 185.76 g; W tym cukry: 31.35 g; Błonnik pok.: 25.40 g; Sól: 7.74 g; WW: 16.03 Por; : 22.76 %; : 48.04 %; Ener. z T: 32.01 %; Ener. z Bł.: 3.28 %; K: 2976.54 mg;	Wartość energetyczna: 2252.05 kcal; Białko ogółem: 110.91 g; Tłuszcz: 59.85 g; Kw. tł. nasy.: 29.74 g; Węglowodany ogółem: 323.21 g; W tym cukry: 94.54 g; Błonnik pok.: 17.07 g; Sól: 6.90 g; WW: 30.71 Por; : 19.70 %; : 57.41 %; Ener. z T: 23.92 %; Ener. z Bł.: 1.52 %; K: 3861.03 mg;	Wartość energetyczna: 2026.58 kcal; Białko ogółem: 105.22 g; Tłuszcz: 55.54 g; Kw. tł. nasy.: 28.75 g; Węglowodany ogółem: 276.84 g; W tym cukry: 83.02 g; Błonnik pok.: 12.06 g; Sól: 5.87 g; WW: 26.61 Por; : 20.77 %; : 54.64 %; Ener. z T: 24.66 %; Ener. z Bł.: 1.19 %; K: 3185.03 mg;	Wartość energetyczna: 2520.91 kcal; Białko ogółem: 85.10 g; Tłuszcz: 104.19 g; Kw. tł. nasy.: 56.62 g; Węglowodany ogółem: 316.20 g; W tym cukry: 64.95 g; Błonnik pok.: 19.09 g; Sól: 6.72 g; WW: 29.72 Por; : 13.50 %; : 50.17 %; Ener. z T: 37.20 %; Ener. z Bł.: 1.51 %; K: 2190.29 mg;	Wartość energetyczna: 1936.71 kcal; Białko ogółem: 83.69 g; Tłuszcz: 62.10 g; Kw. tł. nasy.: 26.74 g; Węglowodany ogółem: 257.85 g; W tym cukry: 53.24 g; Błonnik pok.: 17.11 g; Sól: 6.14 g; WW: 24.07 Por; : 17.28 %; : 53.26 %; Ener. z T: 28.86 %; Ener. z Bł.: 1.77 %; K: 2727.41 mg;	Wartość energetyczna: 1973.26 kcal; Białko ogółem: 107.13 g; Tłuszcz: 51.14 g; Kw. tł. nasy.: 24.71 g; Węglowodany ogółem: 276.21 g; W tym cukry: 64.03 g; Błonnik pok.: 18.87 g; Sól: 8.62 g; WW: 25.85 Por; : 21.72 %; : 55.99 %; Ener. z T: 23.32 %; Ener. z Bł.: 1.91 %; K: 3375.28 mg;	Wartość energetyczna: 1715.53 kcal; Białko ogółem: 47.98 g; Tłuszcz: 41.27 g; Kw. tł. nasy.: 22.22 g; Węglowodany ogółem: 294.58 g; W tym cukry: 71.46 g; Błonnik pok.: 21.87 g; Sól: 4.61 g; WW: 27.41 Por; : 11.19 %; : 68.68 %; Ener. z T: 21.65 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 2694.13 mg;

2025-08-11 poniedziałek		STAR- Bezmleczna
Śniadanie		Butka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobiona 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>)
II ŚN		

2025-08-11 poniedziałek	
Obiad	STAR-Bezmleczna Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos ziołowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
PD	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>)

2025-08-11 poniedziałek		STAR- Bezmleczna
	Kolacja	Butka pszenna długa krojona 60 g (GLUPSZ.) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szyńka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 60 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzo skwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 1886.98 kcal; Białko ogółem: 79.04 g; Tłuszcz: 60.87 g; Kw. tł. nasy.: 19.55 g; Węglowodany ogółem: 267.34 g; W tym cukry: 60.56 g; Błonnik pok.: 18.98 g; Sól: 7.39 g; WW: 24.92 Por; : 16.75 %; : 56.67 %; Ener. z T: 29.03 %; Ener. z Bł.: 2.01 %; K: 2676.98 mg;

		STAR- Bezmleczna
2025-08-12 wtorek	Śniadanie	Butka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ZYT.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szyńka zielonogórska- wp. parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g
	II ŚN	

2025-08-12 wtorek	Obiad	STAR- Bezmleczna
		Solferino (bez mleka)*() 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
		Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzo skwinia 100g (tubka) 1 szt
2025-08-12 wtorek	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 80 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml

2025-08-12 wtorek	STAR- Bezmleczna
	PN Sok przecierowy warzywno-owoco wy 0,33 l 1 szt
2025-08-13 środa	Wartość energetyczna: 1995.40 kcal; Białko ogółem: 76.74 g; Tłuszcz: 51.91 g; Kw. tł. nasy.: 19.04 g; Węglowodany ogółem: 316.54 g; W tym cukry: 104.25 g; Błonnik pok.: 25.94 g; Sól: 7.36 g; WW: 29.15 Por; : 15.38 %; : 63.45 %; Ener. z T: 23.41 %; Ener. z Bł.: 2.60 %; K: 3431.81 mg;
	Śniadanie Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml 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 rozdrobiona 30 g

2025-08-13 środa		STAR- Bezmleczna	
PD	II ŚN		
	Obiad	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos brokułowy (bez mleka) 50 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>SEL.</u>) Dynia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
		Jabłko 150 g	

2025-08-13 środa		STAR- Bezmleczna
	Kolacja	Butka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szyńka 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	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (<u>SOJ.</u>)

2025-08-13 środa	STAR- Bezmleczna	Wartość energetyczna: 1907.92 kcal; Białko ogółem: 77.16 g; Tłuszcz: 55.09 g; Kw. tł. nasy.: 17.96 g; Węglowodany ogółem: 282.93 g; W tym cukry: 102.22 g; Błonnik pok.: 22.94 g; Sól: 7.12 g; WW: 26.00 Por; : 16.18 %; : 59.32 %; Ener. z T: 25.99 %; Ener. z Bł.: 2.40 %; K: 3681.26 mg;
	Śniadanie	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (SOJ.)
2025-08-14 czwartek		

2025-08-14 czwartek	STAR- Bezmleczna	
	II ŚN	
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u> <u>SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos mięсно-warzywny * (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>SEL.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
PD	Jabłko	150 g

2025-08-14 czwartek		STAR- Bezmleczna
	Kolacja	Butka pszenna długa krojona 60 g (GLUPSZ.) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szyńka Konserwowa wieprzowa, produk t blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Sok owocowo-warzyw ny 0,2L kubek 1 szt
		Wartość energetyczna: 1857.22 kcal; Białko ogółem: 74.19 g; Tłuszcz: 52.08 g; Kw. tł. nasy.: 16.05 g; Węglowodany ogółem: 284.99 g; W tym cukry: 81.06 g; Błonnik pok.: 22.17 g; Sól: 7.04 g; WW: 26.16 Por; : 15.98 %; : 61.38 %; Ener. z T: 25.24 %; Ener. z Bł.: 2.39 %; K: 3219.71 mg;

		STAR- Bezmleczna
2025-08-15 piątek	Śniadanie	Butka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Dżem 25 g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Arbuz 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>)
	II ŚN	

2025-08-15 piątek		STAR- Bezmleczna
	Obiad	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki młode 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	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml

2025-08-15 piątek	STAR- Bezmleczna	
	PN	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (SOJ.)
		Wartość energetyczna: 2038.05 kcal; Białko ogółem: 73.07 g; Tłuszcz: 68.60 g; Kw. tł. nasy.: 20.70 g; Węglowodany ogółem: 292.09 g; W tym cukry: 114.84 g; Błonnik pok.: 19.04 g; Sól: 6.65 g; WW: 27.33 Por; : 14.34 %; : 57.33 %; Ener. z T: 30.29 %; Ener. z Bł.: 1.87 %; K: 3160.65 mg;

		STAR- Bezmleczna
2025-08-16 sobota	Śniadanie	Butka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ZYT.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobiona 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
	II ŚN	

2025-08-16 sobota	STAR- Bezmleczna	
	Obiad	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml (<u>SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) 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
	PD	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml

2025-08-16 sobota	STAR- Bezmleczna	
	PN	Jabłko 150 g
		Wartość energetyczna: 1966.50 kcal; Białko ogółem: 71.80 g; Tłuszcz: 46.76 g; Kw. tł. nasy.: 13.88 g; Węglowodany ogółem: 330.96 g; W tym cukry: 93.59 g; Błonnik pok.: 36.58 g; Sól: 6.75 g; WW: 29.49 Por; : 14.61 %; : 67.32 %; Ener. z T: 21.40 %; Ener. z Bł.: 3.72 %; K: 3563.06 mg;

		STAR- Bezmleczna
2025-08-17 niedziela	Śniadanie	Butka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynekowa dębową drobiowa kiełbasa grubo rozdrobiona 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)
	II ŚN	

2025-08-17 niedziela	STAR- Bezmleczna	
	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Schab gotowany 100 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
	Obiad	
	PD	Jabłko pieczone 150 g

2025-08-17 niedziela		STAR- Bezmleczna
	Kolacja	Butka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ZYT.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 14 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wę dz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzo skwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 1863.24 kcal; Białko ogółem: 98.02 g; Tłuszcz: 45.47 g; Kw. tł. nasy.: 17.55 g; Węglowodany ogółem: 274.76 g; W tym cukry: 72.02 g; Błonnik pok.: 22.37 g; Sól: 7.87 g; WW: 25.35 Por; : 21.04 %; : 58.99 %; Ener. z T: 21.97 %; Ener. z Bł.: 2.40 %; K: 3292.63 mg;

Oznaczenia alergenów:

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

Oznaczenia wskaźników odż.:

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