

		STAR- D01 Podstawowa	STAR- D02 Łatwo strawna	STAR- D03 Z ogr.łatwo przs.węglowodnów	STAR- Dziecięca
2026-04-27 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenno 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	II ŚN			Jabłko 150 g	
	Obiad	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>) Kotlet z jaj-pieczony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos chrzanowy 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE, S02.</u>) Surówka z selera i jabłka () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z selera i jabłka () 200 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml
	PD	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE.</u>)		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 60 g (<u>RYB, MLE.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i ryby got. (mintaj) z koperkiem 60 g (<u>RYB, MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 60 g (<u>RYB, MLE.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 25 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i ryby got. (mintaj) z koperkiem 60 g (<u>RYB, MLE.</u>) Papryka świeża 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Chleb razowy żytnio-pszenno 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g		Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynka z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenno 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g
		Wartość energetyczna: 2358.33 kcal; Białko ogółem: 81.95 g; Tłuszcz: 92.04 g; Kw. tł. nasy.: 39.16 g; Węglowodany ogółem: 330.56 g; W tym cukry: 84.61 g; Błonnik pok.: 37.95 g; Sód: 3365.90 mg;	Wartość energetyczna: 2183.81 kcal; Białko ogółem: 82.37 g; Tłuszcz: 77.29 g; Kw. tł. nasy.: 36.61 g; Węglowodany ogółem: 314.53 g; W tym cukry: 84.07 g; Błonnik pok.: 32.01 g; Sód: 3030.97 mg;	Wartość energetyczna: 1892.30 kcal; Białko ogółem: 70.17 g; Tłuszcz: 75.36 g; Kw. tł. nasy.: 28.78 g; Węglowodany ogółem: 270.55 g; W tym cukry: 49.25 g; Błonnik pok.: 42.07 g; Sód: 2939.29 mg;	Wartość energetyczna: 1966.77 kcal; Białko ogółem: 85.81 g; Tłuszcz: 67.85 g; Kw. tł. nasy.: 36.04 g; Węglowodany ogółem: 273.68 g; W tym cukry: 83.76 g; Błonnik pok.: 30.91 g; Sód: 2478.07 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- D01 Podstawowa	STAR- D02 Łatwo strawna	STAR- D03 Z ogr.łatwo przs.węglowodnów	STAR- Dziecięca
2026-04-28 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasztecik Ciechanowski-Pasztecik drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 60 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Mandarynka 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Banan 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Banan 150 g
	II ŚN			Mandarynka 150 g	
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SOJ.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE.) Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 100 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE.) Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.)		Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.)
	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.) Galaretki drobiowa z ud* 60 g (SEL.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE.) Galaretki drobiowa z ud* 60 g (SEL.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt			
		Wartość energetyczna: 2265.89 kcal; Białko ogółem: 95.89 g; Tłuszcz: 69.23 g; Kw. tł. nasy.: 30.42 g; Węglowodany ogółem: 335.75 g; W tym cukry: 85.28 g; Błonnik pok.: 27.50 g; Sód: 3050.47 mg;	Wartość energetyczna: 2287.60 kcal; Białko ogółem: 95.29 g; Tłuszcz: 58.61 g; Kw. tł. nasy.: 25.88 g; Węglowodany ogółem: 366.23 g; W tym cukry: 103.97 g; Błonnik pok.: 27.06 g; Sód: 2794.26 mg;	Wartość energetyczna: 1625.82 kcal; Białko ogółem: 79.36 g; Tłuszcz: 48.09 g; Kw. tł. nasy.: 15.03 g; Węglowodany ogółem: 250.90 g; W tym cukry: 50.74 g; Błonnik pok.: 33.44 g; Sód: 2942.62 mg;	Wartość energetyczna: 2264.94 kcal; Białko ogółem: 98.81 g; Tłuszcz: 60.48 g; Kw. tł. nasy.: 27.30 g; Węglowodany ogółem: 345.07 g; W tym cukry: 103.66 g; Błonnik pok.: 21.90 g; Sód: 2848.98 mg;

		STAR- D01 Podstawowa	STAR- D02 Łatwo strawna	STAR- D03 Z ogr.łatwo przs.węglowodnów	STAR- Dziecięca
2026-04-29 środa	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenney 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Mandarynka 150 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>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenney 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Mandarynka 150 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>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenney 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Mandarynka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/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>) Mandarynka 150 g Sałata zielona 20 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>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>)
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenney 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>)	
	Obiad	Grycikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>) Kotlet mielony drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Kalańior gotowany* 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grycikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki oprószane () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grycikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 100 g (<u>MLE.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kalańior gotowany* 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Grycikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki oprószane () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	PD	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenney 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z soczewicy czerwonej 60 g Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenney 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenney 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z soczewicy czerwonej 60 g Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Jabłko 150 g			
		Wartość energetyczna: 2412.98 kcal; Białko ogółem: 83.23 g; Tłuszcz: 83.26 g; Kw. tł. nasy.: 31.88 g; Węglowodany ogółem: 358.41 g; W tym cukry: 103.81 g; Błonnik pok.: 33.27 g; Sód: 2431.66 mg;	Wartość energetyczna: 2199.42 kcal; Białko ogółem: 85.97 g; Tłuszcz: 58.90 g; Kw. tł. nasy.: 30.42 g; Węglowodany ogółem: 354.11 g; W tym cukry: 112.59 g; Błonnik pok.: 29.01 g; Sód: 2776.75 mg;	Wartość energetyczna: 1687.45 kcal; Białko ogółem: 74.84 g; Tłuszcz: 50.48 g; Kw. tł. nasy.: 17.46 g; Węglowodany ogółem: 267.31 g; W tym cukry: 54.73 g; Błonnik pok.: 35.91 g; Sód: 2007.82 mg;	Wartość energetyczna: 2149.52 kcal; Białko ogółem: 85.12 g; Tłuszcz: 58.31 g; Kw. tł. nasy.: 30.32 g; Węglowodany ogółem: 336.19 g; W tym cukry: 111.95 g; Błonnik pok.: 23.85 g; Sód: 2611.15 mg;

		STAR- D01 Podstawowa	STAR- D02 Łatwo strawna	STAR- D03 Z ogr.łatwo przs.węglowodnów	STAR- Dziecięca
2026-04-30 czwartek	Śniadanie	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenney 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>)	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, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenney 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Ogórek kiszony 100 g Sałata zielona 20 g Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>)	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>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenney 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</u>)	
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL.</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i selera () 200 g (<u>MLE, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL.</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i selera () 200 g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto pełnoziarniste z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL.</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i selera b/c () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL.</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i selera () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
	Kolacja	Pasta z twarogu i cebuli 60 g (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenney 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Sałatka jarzynowa () 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenney 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Pasta z twarogu i cebuli 60 g (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenney 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE.</u>) Sałatka jarzynowa () 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Sok warzywny 0,3l 1 szt (<u>SEL.</u>)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2097.57 kcal; Białko ogółem: 67.91 g; Tłuszcz: 58.89 g; Kw. tł. nasy.: 24.99 g; Węglowodany ogółem: 349.27 g; W tym cukry: 106.35 g; Błonnik pok.: 37.35 g; Sód: 3199.61 mg;	Wartość energetyczna: 2125.33 kcal; Białko ogółem: 71.31 g; Tłuszcz: 51.79 g; Kw. tł. nasy.: 23.57 g; Węglowodany ogółem: 368.33 g; W tym cukry: 107.36 g; Błonnik pok.: 34.30 g; Sód: 2293.01 mg;	Wartość energetyczna: 1721.23 kcal; Białko ogółem: 72.45 g; Tłuszcz: 58.51 g; Kw. tł. nasy.: 17.84 g; Węglowodany ogółem: 258.64 g; W tym cukry: 36.73 g; Błonnik pok.: 39.93 g; Sód: 4290.86 mg;	Wartość energetyczna: 2149.13 kcal; Białko ogółem: 73.74 g; Tłuszcz: 52.36 g; Kw. tł. nasy.: 24.23 g; Węglowodany ogółem: 359.73 g; W tym cukry: 106.27 g; Błonnik pok.: 25.37 g; Sód: 2280.09 mg;

		STAR- D01 Podstawowa	STAR- D02 Łatwo strawna	STAR- D03 Z ogr.łatwo przs.węglowodnów	STAR- Dziecięca
2026-05-01 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno- 30 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno- 25 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno- 35 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Jabłko 150 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>) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenno- 80 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenno- 25 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>)	
	Obiad	Dyniowa z makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>) Ryba smażona (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ. RYB.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 100 g (<u>MLE.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml
	PD	Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g		Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g	Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno- 30 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (<u>JAJ. MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno- 35 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (<u>JAJ. MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno- 80 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (<u>JAJ. MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (<u>JAJ. MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (<u>MLE.</u>)			
		Wartość energetyczna: 2424.98 kcal; Białko ogółem: 89.57 g; Tłuszcz: 82.83 g; Kw. tł. nasy.: 33.95 g; Węglowodany ogółem: 360.21 g; W tym cukry: 98.31 g; Błonnik pok.: 39.08 g; Sód: 2728.22 mg;	Wartość energetyczna: 2232.71 kcal; Białko ogółem: 87.97 g; Tłuszcz: 70.22 g; Kw. tł. nasy.: 31.75 g; Węglowodany ogółem: 338.92 g; W tym cukry: 92.08 g; Błonnik pok.: 36.43 g; Sód: 2616.51 mg;	Wartość energetyczna: 1604.54 kcal; Białko ogółem: 79.20 g; Tłuszcz: 55.55 g; Kw. tł. nasy.: 19.19 g; Węglowodany ogółem: 231.41 g; W tym cukry: 34.90 g; Błonnik pok.: 38.38 g; Sód: 2588.28 mg;	Wartość energetyczna: 2185.86 kcal; Białko ogółem: 88.94 g; Tłuszcz: 69.72 g; Kw. tł. nasy.: 31.61 g; Węglowodany ogółem: 319.89 g; W tym cukry: 91.69 g; Błonnik pok.: 31.27 g; Sód: 2446.72 mg;

		STAR- D01 Podstawowa	STAR- D02 Łatwo strawna	STAR- D03 Z ogr.łatwo przs.węglowodnów	STAR- Dziecięca
2026-05-02 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenney 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 60 g Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenney 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 60 g Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenney 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 60 g Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 60 g Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	II ŚN			Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza gryczana 200 g Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Buraczki gotowane () 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Boraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza gryczana 100 g Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Buraczki gotowane () b/c 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	PD	Galaretką o smaku brzoskwiowym 150 g		Mandarynka 150 g	Galaretką o smaku brzoskwiowym 150 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenney 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenney 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenney 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
PN		Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenney 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</u>)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt
		Wartość energetyczna: 2266.95 kcal; Białko ogółem: 105.85 g; Tłuszcz: 68.14 g; Kw. tł. nasy.: 22.68 g; Węglowodany ogółem: 330.04 g; W tym cukry: 92.56 g; Błonnik pok.: 29.25 g; Sód: 3492.58 mg;	Wartość energetyczna: 2174.67 kcal; Białko ogółem: 98.24 g; Tłuszcz: 54.71 g; Kw. tł. nasy.: 22.42 g; Węglowodany ogółem: 345.64 g; W tym cukry: 106.24 g; Błonnik pok.: 30.60 g; Sód: 2670.40 mg;	Wartość energetyczna: 1798.37 kcal; Białko ogółem: 96.22 g; Tłuszcz: 57.33 g; Kw. tł. nasy.: 14.64 g; Węglowodany ogółem: 259.36 g; W tym cukry: 37.22 g; Błonnik pok.: 38.25 g; Sód: 3258.86 mg;	Wartość energetyczna: 2134.19 kcal; Białko ogółem: 102.39 g; Tłuszcz: 54.37 g; Kw. tł. nasy.: 22.95 g; Węglowodany ogółem: 324.29 g; W tym cukry: 105.60 g; Błonnik pok.: 25.44 g; Sód: 2648.80 mg;

		STAR- D01 Podstawowa	STAR- D02 Łatwo strawna	STAR- D03 Z ogr.łatwo przs.węglowodnów	STAR- Dziecięca
2026-05-03 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenney 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenney 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenney 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)
	II ŚN			Jabłko 150 g	
	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Surówka Coleslaw () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 100 g (<u>MLE.</u>) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	PD	Chleb razowy żytnio-pszenney 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>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 25 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenney 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 25 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenney 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenney 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 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 razowy żytnio-pszenney 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 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>)
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2351.86 kcal; Białko ogółem: 111.51 g; Tłuszcz: 86.76 g; Kw. tł. nasy.: 38.35 g; Węglowodany ogółem: 306.27 g; W tym cukry: 72.33 g; Błonnik pok.: 29.52 g; Sód: 3188.58 mg;	Wartość energetyczna: 2388.06 kcal; Białko ogółem: 117.74 g; Tłuszcz: 83.56 g; Kw. tł. nasy.: 38.02 g; Węglowodany ogółem: 312.86 g; W tym cukry: 64.69 g; Błonnik pok.: 25.88 g; Sód: 3069.58 mg;	Wartość energetyczna: 1765.55 kcal; Białko ogółem: 99.22 g; Tłuszcz: 67.42 g; Kw. tł. nasy.: 22.13 g; Węglowodany ogółem: 223.61 g; W tym cukry: 37.63 g; Błonnik pok.: 32.80 g; Sód: 3601.44 mg;	Wartość energetyczna: 2344.35 kcal; Białko ogółem: 113.08 g; Tłuszcz: 85.37 g; Kw. tł. nasy.: 38.07 g; Węglowodany ogółem: 294.37 g; W tym cukry: 64.91 g; Błonnik pok.: 19.11 g; Sód: 2722.86 mg;

		STAR- D01 Podstawowa	STAR- D02 Łatwo strawna	STAR- D03 Z ogr.łatwo przs.węglowodnów	STAR- Dziecięca
2026-05-04 poniedziałek	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) 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>) Kurczak gotowany-dr,produkt grubo rozdrobniony,parzony, z dod.białka, w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>JAJ, SOJ, MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</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>) Kurczak gotowany-dr,produkt grubo rozdrobniony,parzony, z dod.białka, w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>JAJ, SOJ, MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE.</u>) Kurczak gotowany-dr,produkt grubo rozdrobniony,parzony, z dod.białka, w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>JAJ, SOJ, MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Kurczak gotowany-dr,produkt grubo rozdrobniony,parzony, z dod.białka, w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>JAJ, SOJ, MLE.</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			Słupki z warzyw () 150 g	
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Banan 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml Banan 200 g	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 100 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos majerankowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (<u>SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Banan 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml
	PD	Jabłko 150 g			
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 60 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 60 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 60 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 60 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>)		Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>)
		Wartość energetyczna: 2190.40 kcal; Białko ogółem: 64.35 g; Tłuszcz: 47.94 g; Kw. tł. nasy.: 23.55 g; Węglowodany ogółem: 400.43 g; W tym cukry: 145.50 g; Błonnik pok.: 30.86 g; Sód: 2637.44 mg;	Wartość energetyczna: 2293.44 kcal; Białko ogółem: 67.67 g; Tłuszcz: 48.13 g; Kw. tł. nasy.: 23.53 g; Węglowodany ogółem: 421.35 g; W tym cukry: 143.74 g; Błonnik pok.: 28.49 g; Sód: 2495.07 mg;	Wartość energetyczna: 1697.87 kcal; Białko ogółem: 74.07 g; Tłuszcz: 52.08 g; Kw. tł. nasy.: 13.20 g; Węglowodany ogółem: 268.38 g; W tym cukry: 50.83 g; Błonnik pok.: 42.45 g; Sód: 2916.23 mg;	Wartość energetyczna: 2243.54 kcal; Białko ogółem: 66.92 g; Tłuszcz: 47.54 g; Kw. tł. nasy.: 23.42 g; Węglowodany ogółem: 403.43 g; W tym cukry: 143.10 g; Błonnik pok.: 23.33 g; Sód: 2340.38 mg;

		STAR- D01 Podstawowa	STAR- D02 Łatwo strawna	STAR- D03 Z ogr.łatwo przs.węglowodnów	STAR- Dziecięca
2026-05-05 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszen 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 30 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomarańcza 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszen 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 30 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomarańcza 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszen 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 30 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomarańcza 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 30 g Pomarańcza 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)
	II ŚN			Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	
	Obiad	Jarzynowa z zacierką *-podstawa 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (MLE.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Marchew oprószana z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (MLE.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew oprószana z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 100 g (MLE.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Marchew oprószana z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (MLE.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew oprószana z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	PD	Chleb razowy żytnio-pszen 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszen 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszen 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszen 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszen 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE.) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej. 60 g (JAJ, SOJ, MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Sok warzywny 0,3l 1 szt (SEL.)			Sok owocowy pasteryzowany 0,3L 1 szt
		Wartość energetyczna: 2344.61 kcal; Białko ogółem: 95.25 g; Tłuszcz: 81.71 g; Kw. tł. nasy.: 30.12 g; Węglowodany ogółem: 324.50 g; W tym cukry: 80.27 g; Błonnik pok.: 30.11 g; Sód: 3763.04 mg;	Wartość energetyczna: 2269.87 kcal; Białko ogółem: 94.50 g; Tłuszcz: 72.48 g; Kw. tł. nasy.: 28.29 g; Węglowodany ogółem: 323.36 g; W tym cukry: 75.96 g; Błonnik pok.: 25.76 g; Sód: 3449.26 mg;	Wartość energetyczna: 1721.22 kcal; Białko ogółem: 85.37 g; Tłuszcz: 65.40 g; Kw. tł. nasy.: 19.09 g; Węglowodany ogółem: 227.80 g; W tym cukry: 48.15 g; Błonnik pok.: 30.30 g; Sód: 3249.72 mg;	Wartość energetyczna: 2241.44 kcal; Białko ogółem: 100.55 g; Tłuszcz: 60.00 g; Kw. tł. nasy.: 26.19 g; Węglowodany ogółem: 333.86 g; W tym cukry: 66.59 g; Błonnik pok.: 24.37 g; Sód: 2608.18 mg;

		STAR- D01 Podstawowa	STAR- D02 Łatwo strawna	STAR- D03 Z ogr.łatwo przs.węglowodnów	STAR- Dziecięca
2026-05-06 środa	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszen 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Ser topiony 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 30 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszen 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 30 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszen 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 30 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>)
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszen 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</u>)	
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 100 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszen 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz szczeciński 60 g (<u>RYB, 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-pszen 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 60 g (<u>RYB, SEL.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszen 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz szczeciński 60 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 60 g (<u>RYB, SEL.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Jabłko 150 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2349.32 kcal; Białko ogółem: 78.32 g; Tłuszcz: 90.32 g; Kw. tł. nasy.: 38.19 g; Węglowodany ogółem: 329.78 g; W tym cukry: 80.93 g; Błonnik pok.: 31.06 g; Sód: 3501.01 mg;	Wartość energetyczna: 2223.86 kcal; Białko ogółem: 83.85 g; Tłuszcz: 61.23 g; Kw. tł. nasy.: 26.15 g; Węglowodany ogółem: 356.11 g; W tym cukry: 76.41 g; Błonnik pok.: 27.03 g; Sód: 2240.05 mg;	Wartość energetyczna: 1735.29 kcal; Białko ogółem: 68.35 g; Tłuszcz: 57.41 g; Kw. tł. nasy.: 15.17 g; Węglowodany ogółem: 269.58 g; W tym cukry: 48.95 g; Błonnik pok.: 35.32 g; Sód: 2080.68 mg;	Wartość energetyczna: 2173.96 kcal; Białko ogółem: 83.00 g; Tłuszcz: 60.64 g; Kw. tł. nasy.: 26.05 g; Węglowodany ogółem: 338.19 g; W tym cukry: 75.77 g; Błonnik pok.: 21.87 g; Sód: 2074.45 mg;

		STAR- D01 Podstawowa	STAR- D02 Łatwo strawna	STAR- D03 Z ogr.łatwo przs.węglowodnów	STAR- Dziecięca
2026-05-07 czwartek	Śniadanie	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenney 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenney 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek 30 g (MLE.)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenney 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenney 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek 30 g (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenney 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE.) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Kurczak gotowany-dr.produkt grubo rozdrobniony,parzony, z dod.białka, w osłonce niejadalnej. 60 g (JAJ, SOJ, MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek 30 g (MLE.)
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenney 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g (MLE.) Twarożek 30 g (MLE.)	
	Obiad	Kalafiorowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 100 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g (MLE.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kalafiorowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Sos boloński z mięsa wieprz łop - dieta* 100 g (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kalafiorowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 100 g (GLU PSZ.) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 100 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g (MLE.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Kalafiorowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Sos boloński z mięsa wieprz łop - dieta* 100 g (GLU PSZ, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g
	PD	Banan 150 g		Jabłko 150 g	Banan 150 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenney 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Paszтет z soczewicy * 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Ser mozzarella kulki 25 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenney 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,parzona z wodą dodaną. 60 g (SOJ.) Pomidor 100 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.) Paszтет z soczewicy * 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Ser mozzarella kulki 25 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,parzona z wodą dodaną. 60 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Sok warzywny 0,3l 1 szt (SEL.)			Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt
		Wartość energetyczna: 2208.08 kcal; Białko ogółem: 76.46 g; Tłuszcz: 68.08 g; Kw. tł. nasy.: 30.90 g; Węglowodany ogółem: 342.89 g; W tym cukry: 86.42 g; Błonnik pok.: 31.03 g; Sód: 3597.63 mg;	Wartość energetyczna: 2066.36 kcal; Białko ogółem: 80.83 g; Tłuszcz: 52.80 g; Kw. tł. nasy.: 25.26 g; Węglowodany ogółem: 336.67 g; W tym cukry: 84.61 g; Błonnik pok.: 22.65 g; Sód: 3931.59 mg;	Wartość energetyczna: 1711.60 kcal; Białko ogółem: 67.82 g; Tłuszcz: 56.21 g; Kw. tł. nasy.: 19.61 g; Węglowodany ogółem: 262.20 g; W tym cukry: 43.18 g; Błonnik pok.: 37.46 g; Sód: 3379.19 mg;	Wartość energetyczna: 2177.77 kcal; Białko ogółem: 87.35 g; Tłuszcz: 53.06 g; Kw. tł. nasy.: 26.37 g; Węglowodany ogółem: 352.02 g; W tym cukry: 121.05 g; Błonnik pok.: 19.59 g; Sód: 2656.01 mg;

		STAR- D01 Podstawowa	STAR- D02 Łatwo strawna	STAR- D03 Z ogr.łatwo przs.węglowodnów	STAR- Dziecięca
2026-05-08 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Przysmak śliwkowy do smarowania 25g 1 szt Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Mandarynka 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 (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Mandarynka 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno 80 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ. MLE. GOR.</u>) Mandarynka 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/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>) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Mandarynka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
	II ŚN			Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE. SEL. GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>) Łosoś pieczony 80g 80 g (<u>RYB.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE. SEL. GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>) Łosoś pieczony 80g 80 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE. SEL. GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 100 g (<u>MLE.</u>) Łosoś pieczony 80g 80 g (<u>RYB.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE. SEL. GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>) Łosoś pieczony 80g 80 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	PD	Pieczewo chrupkie ekstrudowane-żytnie 20 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ. MLE.</u>) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ. MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno 80 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ. MLE.</u>) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ. MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Chleb razowy żytnio-pszenno 25 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenno 25 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (<u>SOJ. może zawierać: MLE. SEL. GOR.</u>)		
		Wartość energetyczna: 2467.76 kcal; Białko ogółem: 88.32 g; Tłuszcz: 87.40 g; Kw. tł. nasy.: 37.64 g; Węglowodany ogółem: 356.26 g; W tym cukry: 92.79 g; Błonnik pok.: 29.02 g; Sód: 3223.79 mg;	Wartość energetyczna: 2319.45 kcal; Białko ogółem: 84.64 g; Tłuszcz: 76.23 g; Kw. tł. nasy.: 30.54 g; Węglowodany ogółem: 349.76 g; W tym cukry: 102.85 g; Błonnik pok.: 28.80 g; Sód: 2984.60 mg;	Wartość energetyczna: 1734.86 kcal; Białko ogółem: 79.03 g; Tłuszcz: 71.34 g; Kw. tł. nasy.: 21.98 g; Węglowodany ogółem: 225.30 g; W tym cukry: 34.96 g; Błonnik pok.: 30.07 g; Sód: 3912.94 mg;	Wartość energetyczna: 2269.55 kcal; Białko ogółem: 83.79 g; Tłuszcz: 75.64 g; Kw. tł. nasy.: 30.44 g; Węglowodany ogółem: 331.84 g; W tym cukry: 102.21 g; Błonnik pok.: 23.64 g; Sód: 2819.00 mg;

		STAR- D01 Podstawowa	STAR- D02 Łatwo strawna	STAR- D03 Z ogr.łatwo przs.węglowodnów	STAR- Dziecięca
2026-05-09 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenney 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Banan 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenney 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Banan 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenney 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Banan 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (<u>MLE.</u>)
	II ŚN			Jabłko 150 g	
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (<u>SEL.</u>) Buraczki gotowane () 100 g Surówka z marchwi () 100 g (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 100 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (<u>SEL.</u>) Buraczki gotowane () b/c 100 g Surówka z marchwi b/c () 100 g (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	PD	Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)			
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenney 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasztecik Ciechanowski-Pasztecik drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenney 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynekowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenney 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynekowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynekowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Słupki z warzyw () 70 g			
		Wartość energetyczna: 2384.14 kcal; Białko ogółem: 95.47 g; Tłuszcz: 71.97 g; Kw. tł. nasy.: 32.03 g; Węglowodany ogółem: 361.91 g; W tym cukry: 113.26 g; Błonnik pok.: 32.07 g; Sód: 3608.51 mg;	Wartość energetyczna: 2390.48 kcal; Białko ogółem: 108.40 g; Tłuszcz: 60.84 g; Kw. tł. nasy.: 29.54 g; Węglowodany ogółem: 374.66 g; W tym cukry: 116.03 g; Błonnik pok.: 28.70 g; Sód: 3293.08 mg;	Wartość energetyczna: 1660.07 kcal; Białko ogółem: 86.06 g; Tłuszcz: 50.37 g; Kw. tł. nasy.: 17.63 g; Węglowodany ogółem: 246.89 g; W tym cukry: 47.77 g; Błonnik pok.: 39.95 g; Sód: 3355.23 mg;	Wartość energetyczna: 2312.52 kcal; Białko ogółem: 112.03 g; Tłuszcz: 55.20 g; Kw. tł. nasy.: 28.05 g; Węglowodany ogółem: 356.49 g; W tym cukry: 115.71 g; Błonnik pok.: 23.54 g; Sód: 3384.90 mg;

		STAR- D01 Podstawowa	STAR- D02 Łatwo strawna	STAR- D03 Z ogr.łatwo przs.węglowodnów	STAR- Dziecięca
2026-05-10 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Ser mozzarella kulki 25 g (<u>MLE.</u>) Rzodkiew biała 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Ser mozzarella kulki 25 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenno 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Ser mozzarella kulki 25 g (<u>MLE.</u>) Rzodkiew biała 100 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Ser mozzarella kulki 25 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 25 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</u>)
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenno 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ.</u>)	
	Obiad	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	PD	Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
Kolacja		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenno 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	PN	Wafle ryżowe 30 g		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Wafle ryżowe 30 g
		Wartość energetyczna: 2456.30 kcal; Białko ogółem: 91.38 g; Tłuszcz: 83.51 g; Kw. tł. nasy.: 35.73 g; Węglowodany ogółem: 360.33 g; W tym cukry: 99.04 g; Błonnik pok.: 33.12 g; Sód: 2713.69 mg;	Wartość energetyczna: 2404.95 kcal; Białko ogółem: 105.59 g; Tłuszcz: 70.60 g; Kw. tł. nasy.: 35.43 g; Węglowodany ogółem: 360.69 g; W tym cukry: 102.88 g; Błonnik pok.: 29.89 g; Sód: 2614.51 mg;	Wartość energetyczna: 1576.59 kcal; Białko ogółem: 92.41 g; Tłuszcz: 51.66 g; Kw. tł. nasy.: 20.17 g; Węglowodany ogółem: 216.60 g; W tym cukry: 28.16 g; Błonnik pok.: 31.63 g; Sód: 3390.10 mg;	Wartość energetyczna: 2366.80 kcal; Białko ogółem: 105.39 g; Tłuszcz: 69.96 g; Kw. tł. nasy.: 35.32 g; Węglowodany ogółem: 342.74 g; W tym cukry: 102.14 g; Błonnik pok.: 23.08 g; Sód: 2430.91 mg;

Oznaczenia alergenów:

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

Oznaczenia wskaźników odż.:

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