

Jadłospisy z 14. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Ubogopurynowa	
2024-04-01 poniedziałek	Śniadanie II ŚN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona ,parzona 80 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Mandarynka 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona ,parzona 80 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Mandarynka 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona ,parzona 60 g Twarożek na słodko 60 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Mandarynka 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona ,parzona 80 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE. GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona ,parzona 60 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 100 g Mandarynka 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 100 g Mandarynka 150 g Chrupki kukurydziane 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona ,parzona 80 g Pomidor 100 g Mandarynka 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona ,parzona 80 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona ,parzona 25 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g
					Mandarynka 150 g						
			Rosół z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g ( <b>JAJ, GOR.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 100 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g ( <b>JAJ, GOR.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem (bez glutenu)* 400 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 100 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Pyzy ziemniaczane* 250 g Sos własny () 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
PD	Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )		Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Chrupki kukurydziane 25 g		Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	

Jadłospisy z 14. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Bezglutenowa	STAR- Nisko tłuszczowa	STAR- Ubogopurynowa	
2024-04-01 poniedziałek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 80 g Sałatka jarzynowa ( ) 100 g ( <b>JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 80 g Sałatka jarzynowa - dieta ( ) 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałatka jarzynowa - dieta ( ) 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 80 g Sałatka jarzynowa - dieta ( ) 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 200 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałatka jarzynowa - dieta ( ) 80 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałatka jarzynowa - dieta ( ) 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 80 g Sałatka jarzynowa - dieta ( ) 80 g ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 80 g Sałatka jarzynowa - dieta ( ) 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 60 g Sałatka jarzynowa - dieta ( ) 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 60 g Sałatka jarzynowa - dieta ( ) 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt						
		Wartość energetyczna: 2397.90 kcal; Białko ogółem: 109.75 g; Tłuszcz: 94.32 g; Kw. tł. nasy.: 32.51 g; Węglowodany ogółem: 289.01 g; W tym cukry: 73.49 g; Błonnik pok.: 30.77 g; Sól: 7.31 g; WW: 25.77 Por; : 18.31 %; : 43.08 %; Ener. z T: 35.40 %; Ener. z Bł.: 2.57 %; K: 4311.29 mg;	Wartość energetyczna: 2272.81 kcal; Białko ogółem: 117.01 g; Tłuszcz: 70.77 g; Kw. tł. nasy.: 30.57 g; Węglowodany ogółem: 303.05 g; W tym cukry: 70.48 g; Błonnik pok.: 29.79 g; Sól: 6.89 g; WW: 27.18 Por; : 20.59 %; : 48.09 %; Ener. z T: 28.02 %; Ener. z Bł.: 2.62 %; K: 4685.24 mg;	Wartość energetyczna: 2431.19 kcal; Białko ogółem: 126.85 g; Tłuszcz: 77.74 g; Kw. tł. nasy.: 33.35 g; Węglowodany ogółem: 319.63 g; W tym cukry: 74.29 g; Błonnik pok.: 34.95 g; Sól: 7.02 g; WW: 28.32 Por; : 20.87 %; : 46.84 %; Ener. z T: 28.78 %; Ener. z Bł.: 2.88 %; K: 4972.17 mg;	Wartość energetyczna: 2049.59 kcal; Białko ogółem: 109.50 g; Tłuszcz: 90.88 g; Kw. tł. nasy.: 35.30 g; Węglowodany ogółem: 214.41 g; W tym cukry: 40.72 g; Błonnik pok.: 33.03 g; Sól: 7.25 g; WW: 18.14 Por; : 21.37 %; : 35.40 %; Ener. z T: 39.91 %; Ener. z Bł.: 3.22 %; K: 3844.97 mg;	Wartość energetyczna: 2432.28 kcal; Białko ogółem: 123.07 g; Tłuszcz: 75.30 g; Kw. tł. nasy.: 34.20 g; Węglowodany ogółem: 324.77 g; W tym cukry: 81.75 g; Błonnik pok.: 19.98 g; Sól: 7.35 g; WW: 30.50 Por; : 20.24 %; : 50.12 %; Ener. z T: 27.86 %; Ener. z Bł.: 1.64 %; K: 4370.09 mg;	Wartość energetyczna: 2163.54 kcal; Białko ogółem: 105.48 g; Tłuszcz: 68.70 g; Kw. tł. nasy.: 29.90 g; Węglowodany ogółem: 289.85 g; W tym cukry: 69.27 g; Błonnik pok.: 24.63 g; Sól: 5.72 g; WW: 26.38 Por; : 19.50 %; : 49.03 %; Ener. z T: 28.58 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 4534.74 mg;	Wartość energetyczna: 2182.86 kcal; Białko ogółem: 99.42 g; Tłuszcz: 65.83 g; Kw. tł. nasy.: 26.15 g; Węglowodany ogółem: 306.89 g; W tym cukry: 83.33 g; Błonnik pok.: 27.95 g; Sól: 5.58 g; WW: 27.81 Por; : 18.22 %; : 51.12 %; Ener. z T: 27.14 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 4218.12 mg;	Wartość energetyczna: 2252.01 kcal; Białko ogółem: 102.16 g; Tłuszcz: 73.32 g; Kw. tł. nasy.: 27.94 g; Węglowodany ogółem: 302.00 g; W tym cukry: 62.02 g; Błonnik pok.: 22.79 g; Sól: 4.96 g; WW: 27.72 Por; : 18.14 %; : 49.59 %; Ener. z T: 29.30 %; Ener. z Bł.: 2.02 %; K: 4362.34 mg;	Wartość energetyczna: 1981.66 kcal; Białko ogółem: 97.43 g; Tłuszcz: 50.62 g; Kw. tł. nasy.: 21.31 g; Węglowodany ogółem: 295.02 g; W tym cukry: 64.88 g; Błonnik pok.: 29.93 g; Sól: 6.44 g; WW: 26.40 Por; : 19.67 %; : 53.51 %; Ener. z T: 22.99 %; Ener. z Bł.: 3.02 %; K: 4069.97 mg;	Wartość energetyczna: 1809.07 kcal; Białko ogółem: 47.45 g; Tłuszcz: 34.54 g; Kw. tł. nasy.: 15.79 g; Węglowodany ogółem: 333.24 g; W tym cukry: 82.23 g; Błonnik pok.: 24.95 g; Sól: 5.42 g; WW: 30.73 Por; : 10.49 %; : 68.17 %; Ener. z T: 17.19 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K: 1958.37 mg;

Jadłospisy z 14. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Ubogopurynowa	
2024-04-02 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasztet Ciechanowski-Paszet et drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</b> ) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Gruszka 1szt. 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g ( <b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g ( <b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</b> ) Ogórek kiszony 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g ( <b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</b> ) Ogórek kiszony 100 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g ( <b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</b> ) Mus z jabłek prażonych 150 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Gruszka 1szt. 150 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Gruszka 1szt. 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 80 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Jabłko 1 szt 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 25 g ( <b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 25 g ( <b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</b> ) Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt
	II ŚN			Gruszka 1szt. 150 g							
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami * ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 350 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Solferino * ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 350 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Solferino * ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 350 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Solferino * ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 350 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Solferino * ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 350 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Solferino (bez mleka)* ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 350 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos ziołowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Solferino (bez glutenu)* ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta (bez glutenu) 350 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Solferino * ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 350 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Solferino (bez mleka)* ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 350 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
	PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )	Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )	Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )				

Jadłospisy z 14. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskołuszczowa	STAR- Ubogopurynowa	
2024-04-02 wtorek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE,</b> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g ( <b>RYB,</b> ) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE,</b> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g ( <b>RYB,</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE,</b> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g ( <b>RYB,</b> ) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g ( <b>RYB,</b> ) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE,</b> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g ( <b>RYB,</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g ( <b>SEL,</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE,</b> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g ( <b>RYB,</b> ) Dżem 30 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE,</b> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g ( <b>RYB,</b> ) Dżem 30 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE,</b> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g ( <b>RYB,</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g ( <b>RYB,</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta warzywna* 80 g ( <b>SEL,</b> ) Pomidor 80 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt			Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE,</b> ) Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt					
		Wartość energetyczna: 2224.23 kcal; Białko ogółem: 79.09 g; Tłuszcz: 61.36 g; Kw. tł. nasy.: 26.68 g; Węglowodany ogółem: 349.48 g; W tym cukry: 98.03 g; Błonnik pok.: 24.50 g; Sól: 8.94 g; WW: 32.54 Por; : 14.22 %; : 58.44 %; Ener. z T: 24.83 %; Ener. z Bł.: 2.20 %; K: 2932.29 mg;	Wartość energetyczna: 2169.63 kcal; Białko ogółem: 80.88 g; Tłuszcz: 46.38 g; Kw. tł. nasy.: 22.93 g; Węglowodany ogółem: 372.35 g; W tym cukry: 107.24 g; Błonnik pok.: 25.20 g; Sól: 5.74 g; WW: 34.92 Por; : 14.91 %; : 64.00 %; Ener. z T: 19.24 %; Ener. z Bł.: 2.32 %; K: 3477.22 mg;	Wartość energetyczna: 2486.88 kcal; Białko ogółem: 110.37 g; Tłuszcz: 67.11 g; Kw. tł. nasy.: 37.03 g; Węglowodany ogółem: 377.17 g; W tym cukry: 102.30 g; Błonnik pok.: 27.36 g; Sól: 7.13 g; WW: 35.27 Por; : 17.75 %; : 56.27 %; Ener. z T: 24.29 %; Ener. z Bł.: 2.20 %; K: 3719.52 mg;	Wartość energetyczna: 1990.93 kcal; Białko ogółem: 74.86 g; Tłuszcz: 58.52 g; Kw. tł. nasy.: 27.13 g; Węglowodany ogółem: 308.44 g; W tym cukry: 62.94 g; Błonnik pok.: 44.43 g; Sól: 10.68 g; WW: 26.38 Por; : 15.04 %; : 53.04 %; Ener. z T: 26.45 %; Ener. z Bł.: 4.46 %; K: 3755.43 mg;	Wartość energetyczna: 2398.13 kcal; Białko ogółem: 90.25 g; Tłuszcz: 53.97 g; Kw. tł. nasy.: 26.15 g; Węglowodany ogółem: 404.18 g; W tym cukry: 126.85 g; Błonnik pok.: 21.81 g; Sól: 6.39 g; WW: 38.31 Por; : 15.05 %; : 63.78 %; Ener. z T: 20.26 %; Ener. z Bł.: 1.82 %; K: 3303.41 mg;	Wartość energetyczna: 2093.11 kcal; Białko ogółem: 74.18 g; Tłuszcz: 44.33 g; Kw. tł. nasy.: 23.15 g; Węglowodany ogółem: 359.55 g; W tym cukry: 116.21 g; Błonnik pok.: 18.93 g; Sól: 4.30 g; WW: 34.18 Por; : 14.18 %; : 65.09 %; Ener. z T: 19.06 %; Ener. z Bł.: 1.81 %; K: 3165.37 mg;	Wartość energetyczna: 1977.49 kcal; Białko ogółem: 67.01 g; Tłuszcz: 44.93 g; Kw. tł. nasy.: 18.92 g; Węglowodany ogółem: 338.10 g; W tym cukry: 119.67 g; Błonnik pok.: 27.31 g; Sól: 4.76 g; WW: 31.26 Por; : 13.56 %; : 62.87 %; Ener. z T: 20.45 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K: 3210.29 mg;	Wartość energetyczna: 2163.40 kcal; Białko ogółem: 67.03 g; Tłuszcz: 52.65 g; Kw. tł. nasy.: 22.94 g; Węglowodany ogółem: 362.24 g; W tym cukry: 104.89 g; Błonnik pok.: 17.79 g; Sól: 3.70 g; WW: 34.55 Por; : 12.39 %; : 63.69 %; Ener. z T: 21.90 %; Ener. z Bł.: 1.64 %; K: 3009.02 mg;	Wartość energetyczna: 2109.79 kcal; Białko ogółem: 80.82 g; Tłuszcz: 39.78 g; Kw. tł. nasy.: 18.55 g; Węglowodany ogółem: 372.29 g; W tym cukry: 107.19 g; Błonnik pok.: 25.20 g; Sól: 5.74 g; WW: 34.91 Por; : 15.32 %; : 65.81 %; Ener. z T: 16.97 %; Ener. z Bł.: 2.39 %; K: 3475.22 mg;	Wartość energetyczna: 1612.75 kcal; Białko ogółem: 47.81 g; Tłuszcz: 29.55 g; Kw. tł. nasy.: 12.38 g; Węglowodany ogółem: 301.95 g; W tym cukry: 90.92 g; Błonnik pok.: 22.95 g; Sól: 3.92 g; WW: 27.99 Por; : 11.86 %; : 69.20 %; Ener. z T: 16.49 %; Ener. z Bł.: 2.85 %; K: 2698.02 mg;

Jadłospisy z 14. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Ubogopurynowa
2024-04-03 środa Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 80 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Mandarynka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 80 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 0,5 szt ( <b>JAJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Twaróg półtłusty 80 g ( <b>MLE.</b> ) Mandarynka 150 g Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 80 g ( <b>MLE.</b> ) Mandarynka 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody 80 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 80 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 25 g Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 80 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 30 g
II ŚN				Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ.</b> )						

Jadłospisy z 14. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Bezglutenowa	STAR- Nisko tłuszczowa	STAR- Ubogopurynowa
Obiad	Grycikowa * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Kotlet mielony drobiowy 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grycikowa * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Dynia duszona z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grycikowa * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Dynia duszona z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grycikowa * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Grycikowa * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Dynia duszona z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grycikowa * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Dynia duszona z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Dynia duszona z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 70 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 50 ml ( <b>SEL.</b> ) Dynia duszona z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grycikowa * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Dynia duszona z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grycikowa * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Sos jarzynowy * 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )					Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Biszkopty b/m 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</b> )	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Banan 150 g	Biszkopty b/m 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</b> )
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Paszтет z soczewicy * 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</b> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</b> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Paszтет z soczewicy * 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</b> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 150 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</b> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona ,parzona 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</b> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt					Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt				

Jadłospisy z 14. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskołuszczowa	STAR- Ubogopurynowa
2024-04-03 środa	Wartość energetyczna: 2405.21 kcal; Białko ogółem: 85.64 g; Tłuszcz: 90.82 g; Kw. tł. nasy.: 34.19 g; Węglowodany ogółem: 323.74 g; W tym cukry: 84.46 g; Błonnik pok.: 26.54 g; Sól: 8.97 g; WW: 29.77 Por; : 14.24 %; : 49.43 %; Ener. z T: 33.99 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 3780.88 mg;	Wartość energetyczna: 2215.24 kcal; Białko ogółem: 90.45 g; Tłuszcz: 65.41 g; Kw. tł. nasy.: 33.26 g; Węglowodany ogółem: 325.31 g; W tym cukry: 91.65 g; Błonnik pok.: 25.54 g; Sól: 6.89 g; WW: 29.98 Por; : 16.33 %; : 54.13 %; Ener. z T: 26.58 %; Ener. z Bł.: 2.31 %; K: 3928.01 mg;	Wartość energetyczna: 2460.53 kcal; Białko ogółem: 106.28 g; Tłuszcz: 80.57 g; Kw. tł. nasy.: 40.01 g; Węglowodany ogółem: 339.99 g; W tym cukry: 92.61 g; Błonnik pok.: 32.06 g; Sól: 8.67 g; WW: 30.82 Por; : 17.28 %; : 50.06 %; Ener. z T: 29.47 %; Ener. z Bł.: 2.61 %; K: 4268.17 mg;	Wartość energetyczna: 1947.68 kcal; Białko ogółem: 78.92 g; Tłuszcz: 68.43 g; Kw. tł. nasy.: 27.11 g; Węglowodany ogółem: 270.80 g; W tym cukry: 52.35 g; Błonnik pok.: 32.34 g; Sól: 8.17 g; WW: 23.88 Por; : 16.21 %; : 48.97 %; Ener. z T: 31.62 %; Ener. z Bł.: 3.32 %; K: 3922.30 mg;	Wartość energetyczna: 2256.48 kcal; Białko ogółem: 87.08 g; Tłuszcz: 56.57 g; Kw. tł. nasy.: 28.07 g; Węglowodany ogółem: 358.41 g; W tym cukry: 107.98 g; Błonnik pok.: 23.93 g; Sól: 5.81 g; WW: 33.48 Por; : 15.44 %; : 59.29 %; Ener. z T: 22.56 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 4188.93 mg;	Wartość energetyczna: 2149.30 kcal; Białko ogółem: 88.32 g; Tłuszcz: 64.34 g; Kw. tł. nasy.: 32.96 g; Węglowodany ogółem: 311.07 g; W tym cukry: 90.26 g; Błonnik pok.: 20.24 g; Sól: 6.25 g; WW: 29.06 Por; : 16.44 %; : 54.12 %; Ener. z T: 26.94 %; Ener. z Bł.: 1.88 %; K: 3860.01 mg;	Wartość energetyczna: 1930.61 kcal; Białko ogółem: 70.15 g; Tłuszcz: 50.89 g; Kw. tł. nasy.: 23.05 g; Węglowodany ogółem: 304.23 g; W tym cukry: 66.48 g; Błonnik pok.: 20.38 g; Sól: 6.32 g; WW: 28.33 Por; : 14.53 %; : 58.81 %; Ener. z T: 23.72 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 3191.44 mg;	Wartość energetyczna: 2093.48 kcal; Białko ogółem: 66.52 g; Tłuszcz: 68.63 g; Kw. tł. nasy.: 27.72 g; Węglowodany ogółem: 304.89 g; W tym cukry: 81.78 g; Błonnik pok.: 16.40 g; Sól: 3.87 g; WW: 28.86 Por; : 12.71 %; : 55.12 %; Ener. z T: 29.50 %; Ener. z Bł.: 1.57 %; K: 3488.92 mg;	Wartość energetyczna: 2033.47 kcal; Białko ogółem: 76.15 g; Tłuszcz: 45.73 g; Kw. tł. nasy.: 21.39 g; Węglowodany ogółem: 340.30 g; W tym cukry: 106.38 g; Błonnik pok.: 28.09 g; Sól: 6.12 g; WW: 31.24 Por; : 14.98 %; : 61.41 %; Ener. z T: 20.24 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K: 4023.01 mg;	Wartość energetyczna: 1784.15 kcal; Białko ogółem: 44.45 g; Tłuszcz: 37.96 g; Kw. tł. nasy.: 17.32 g; Węglowodany ogółem: 325.37 g; W tym cukry: 84.20 g; Błonnik pok.: 24.66 g; Sól: 4.28 g; WW: 30.05 Por; : 9.96 %; : 67.42 %; Ener. z T: 19.15 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K: 2867.98 mg;

Jadłospisy z 14. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskołuszczowa	STAR- Ubogopurynowa
2024-04-04 czwartek Śniadanie	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu i cebuli 80g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <b>SOJ.</b> )	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <b>SOJ.</b> )	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 60g ( <b>MLE.</b> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60g ( <b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <b>SOJ.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu i cebuli 80g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Zacierka na mleku 200 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 60g ( <b>MLE.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g ( <b>SEL.</b> )	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 80g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona , parzona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> ) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 30g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt



Jadłospisy z 14. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Ubogopurynowa
2024-04-04 czwartek	II ŚN									
	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>)                      Masło extra 82% 5 g (<b>MLE.</b>)                      Szyńka                      Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (<b>SOJ.</b>)</p>									
	<p>Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT.</b>)                      Gołąbek siekany z mięsa wp 250 g (<b>JAJ.</b>)                      Sos pomidorowy 70 ml (<b>GLU PSZ.</b>)                      Cukinia pieczona z olejem * 200 g                      Herbata ekspresowa owocowa                      Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana * () 400 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b>)                      Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 400 g (<b>SEL.</b>)                      Sos pomidorowy 50 ml (<b>GLU PSZ.</b>)                      Cukinia pieczona z olejem * 200 g                      Herbata ekspresowa owocowa                      Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana * () 400 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b>)                      Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 440 g (<b>SEL.</b>)                      Sos pomidorowy 50 ml (<b>GLU PSZ.</b>)                      Cukinia pieczona z olejem * 200 g                      Herbata ekspresowa owocowa                      Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana * () 300 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b>)                      Risotto (br.) z mięsem wieprzowym i warzywami () 400 g (<b>SEL.</b>)                      Sos pomidorowy 50 ml (<b>GLU PSZ.</b>)                      Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 200 g (<b>SEL.</b>)                      Herbata ekspresowa owocowa                      Cateringowa b/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana * () 400 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b>)                      Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 400 g (<b>SEL.</b>)                      Sos pomidorowy 50 ml (<b>GLU PSZ.</b>)                      Cukinia pieczona z olejem * 150 g                      Herbata ekspresowa owocowa                      Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana * () 400 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b>)                      Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 400 g (<b>SEL.</b>)                      Sos pomidorowy 50 ml (<b>GLU PSZ.</b>)                      Cukinia pieczona z olejem * 200 g                      Herbata ekspresowa owocowa                      Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)                      Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 400 g (<b>SEL.</b>)                      Sos pomidorowy 50 ml (<b>GLU PSZ.</b>)                      Cukinia pieczona z olejem * 200 g                      Herbata ekspresowa owocowa                      Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana *(bez glutenu) () 400 ml (<b>MLE, SEL.</b>)                      Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 400 g (<b>SEL.</b>)                      Sos pomidorowy (bez glutenu) 50 ml                      Cukinia pieczona z olejem * 200 g                      Herbata ekspresowa owocowa                      Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana * () 400 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b>)                      Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami (). 400 g (<b>SEL.</b>)                      Sos pomidorowy 50 ml (<b>GLU PSZ.</b>)                      Cukinia pieczona z olejem * 200 g                      Herbata ekspresowa owocowa                      Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana * () 400 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b>)                      Risotto wegetariańskie*. 300 g (<b>SEL.</b>)                      Sos pomidorowy 50 ml (<b>GLU PSZ.</b>)                      Cukinia pieczona z olejem * 200 g                      Herbata ekspresowa owocowa                      Cateringowa z/c 250 ml</p>
PD	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml					

Jadłospisy z 14. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Bezglutenowa	STAR- Nisko tłuszczowa	STAR- Ubogopurynowa	
2024-04-04 czwartek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konservalna wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konservalna wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konservalna wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konservalna wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konservalna wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Buraczki gotowane () 80 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konservalna wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konservalna wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konservalna wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 25 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt					Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2063.78 kcal; Białko ogółem: 86.44 g; Tłuszcz: 74.40 g; Kw. tł. nasy.: 29.46 g; Węglowodany ogółem: 271.77 g; W tym cukry: 77.74 g; Błonnik pok.: 25.35 g; Sól: 7.71 g; WW: 24.71 Por; : 16.75 %; : 47.76 %; Ener. z T: 32.45 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 3560.40 mg;	Wartość energetyczna: 2381.40 kcal; Białko ogółem: 88.95 g; Tłuszcz: 77.44 g; Kw. tł. nasy.: 27.85 g; Węglowodany ogółem: 343.83 g; W tym cukry: 79.05 g; Błonnik pok.: 27.56 g; Sól: 7.09 g; WW: 31.70 Por; : 14.94 %; : 53.12 %; Ener. z T: 29.27 %; Ener. z Bł.: 2.31 %; K: 3798.22 mg;	Wartość energetyczna: 2523.70 kcal; Białko ogółem: 109.53 g; Tłuszcz: 85.71 g; Kw. tł. nasy.: 30.81 g; Węglowodany ogółem: 344.33 g; W tym cukry: 62.70 g; Błonnik pok.: 33.30 g; Sól: 8.66 g; WW: 31.23 Por; : 17.36 %; : 49.30 %; Ener. z T: 30.57 %; Ener. z Bł.: 2.64 %; K: 4198.79 mg;	Wartość energetyczna: 1951.53 kcal; Białko ogółem: 84.16 g; Tłuszcz: 67.93 g; Kw. tł. nasy.: 23.64 g; Węglowodany ogółem: 273.99 g; W tym cukry: 34.02 g; Błonnik pok.: 49.18 g; Sól: 7.00 g; WW: 22.59 Por; : 17.25 %; : 46.08 %; Ener. z T: 31.33 %; Ener. z Bł.: 5.04 %; K: 3996.01 mg;	Wartość energetyczna: 2437.31 kcal; Białko ogółem: 93.68 g; Tłuszcz: 79.71 g; Kw. tł. nasy.: 28.65 g; Węglowodany ogółem: 347.89 g; W tym cukry: 75.06 g; Błonnik pok.: 24.77 g; Sól: 6.71 g; WW: 32.31 Por; : 15.37 %; : 53.03 %; Ener. z T: 29.43 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 3968.54 mg;	Wartość energetyczna: 2279.99 kcal; Białko ogółem: 85.01 g; Tłuszcz: 71.79 g; Kw. tł. nasy.: 25.38 g; Węglowodany ogółem: 331.78 g; W tym cukry: 96.38 g; Błonnik pok.: 20.30 g; Sól: 4.86 g; WW: 31.24 Por; : 14.91 %; : 54.65 %; Ener. z T: 28.34 %; Ener. z Bł.: 1.78 %; K: 3796.72 mg;	Wartość energetyczna: 2166.85 kcal; Białko ogółem: 76.81 g; Tłuszcz: 66.54 g; Kw. tł. nasy.: 22.63 g; Węglowodany ogółem: 322.93 g; W tym cukry: 89.52 g; Błonnik pok.: 20.25 g; Sól: 4.56 g; WW: 30.30 Por; : 14.18 %; : 55.87 %; Ener. z T: 27.64 %; Ener. z Bł.: 1.87 %; K: 3557.22 mg;	Wartość energetyczna: 2337.61 kcal; Białko ogółem: 70.14 g; Tłuszcz: 78.95 g; Kw. tł. nasy.: 24.51 g; Węglowodany ogółem: 340.49 g; W tym cukry: 94.45 g; Błonnik pok.: 17.29 g; Sól: 4.10 g; WW: 32.37 Por; : 12.00 %; : 55.30 %; Ener. z T: 30.40 %; Ener. z Bł.: 1.48 %; K: 3610.86 mg;	Wartość energetyczna: 2210.15 kcal; Białko ogółem: 84.26 g; Tłuszcz: 57.81 g; Kw. tł. nasy.: 20.14 g; Węglowodany ogółem: 348.94 g; W tym cukry: 96.97 g; Błonnik pok.: 25.46 g; Sól: 6.04 g; WW: 32.42 Por; : 15.25 %; : 58.54 %; Ener. z T: 23.54 %; Ener. z Bł.: 2.30 %; K: 3945.22 mg;	Wartość energetyczna: 1798.43 kcal; Białko ogółem: 41.54 g; Tłuszcz: 46.45 g; Kw. tł. nasy.: 16.08 g; Węglowodany ogółem: 313.41 g; W tym cukry: 88.65 g; Błonnik pok.: 23.66 g; Sól: 4.47 g; WW: 28.95 Por; : 9.24 %; : 64.45 %; Ener. z T: 23.24 %; Ener. z Bł.: 2.63 %; K: 3080.26 mg;

Jadłospisy z 14. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Ubogopurynowa	
2024-04-05 piątek	Sniadanie	<p>Płatki pszenne na mleku 300 ml (<b>GLU PSZ, MLE,</b>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b>)</p> <p>Masło extra 82% 14 g (<b>MLE,</b>)</p> <p>Dżem 25 g 1 szt</p> <p>Twarożek 60 g (<b>MLE,</b>)</p> <p>Mandarynka 150 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b>)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (<b>MLE,</b>)</p> <p>Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<b>SOJ,</b>)</p>	<p>Płatki pszenne na mleku 300 ml (<b>GLU PSZ, MLE,</b>)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 60 g (<b>GLU PSZ,</b>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b>)</p> <p>Masło extra 82% 14 g (<b>MLE,</b>)</p> <p>Dżem 25 g 1 szt</p> <p>Twarożek 60 g (<b>MLE,</b>)</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Jabłko 150 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b>)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (<b>MLE,</b>)</p> <p>Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<b>SOJ,</b>)</p>	<p>Płatki pszenne na mleku 300 ml (<b>GLU PSZ, MLE,</b>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b>)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<b>MLE,</b>)</p> <p>Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<b>SOJ,</b>)</p> <p>Ser żółty 50 g (<b>MLE,</b>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b>)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<b>MLE,</b>)</p> <p>Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<b>SOJ,</b>)</p> <p>Ser żółty 50 g (<b>MLE,</b>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> <p>Płatki pszenne na mleku 300 ml (<b>GLU PSZ, MLE,</b>)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 80 g (<b>GLU PSZ,</b>)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 60 g (<b>GLU PSZ,</b>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b>)</p> <p>Masło extra 82% 14 g (<b>MLE,</b>)</p> <p>Dżem 60 g</p> <p>Jabłko pieczone 150 g</p>	<p>Płatki pszenne na mleku 300 ml (<b>GLU PSZ, MLE,</b>)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 80 g (<b>GLU PSZ,</b>)</p> <p>Masło extra 82% 14 g (<b>MLE,</b>)</p> <p>Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Dżem 25 g 1 szt</p> <p>Jabłko 150 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b>)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (<b>MLE,</b>)</p> <p>Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 80 g (<b>GLU PSZ,</b>)</p> <p>Masło extra 82% 14 g (<b>MLE,</b>)</p> <p>Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Dżem 25 g 1 szt</p> <p>Jabłko 150 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b>)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (<b>MLE,</b>)</p> <p>Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g</p>	<p>Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (<b>MLE,</b>)</p> <p>Chleb bezglutenowy 100 g</p> <p>Masło extra 82% 14 g (<b>MLE,</b>)</p> <p>Twarożek 60 g (<b>MLE,</b>)</p> <p>Dżem 25 g 1 szt</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Jabłko 150 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> <p>Chleb bezglutenowy 25 g</p> <p>Masło extra 82% 5 g (<b>MLE,</b>)</p> <p>Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<b>SOJ,</b>)</p>	<p>Płatki pszenne na mleku 300 ml (<b>GLU PSZ, MLE,</b>)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 60 g (<b>GLU PSZ,</b>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b>)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<b>MLE,</b>)</p> <p>Dżem 25 g 1 szt</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Twarożek 60 g (<b>MLE,</b>)</p> <p>Jabłko 150 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b>)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (<b>MLE,</b>)</p> <p>Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<b>SOJ,</b>)</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 60 g (<b>GLU PSZ,</b>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b>)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<b>MLE,</b>)</p> <p>Dżem 25 g 1 szt</p> <p>Jabłko pieczone 150 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b>)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (<b>MLE,</b>)</p>
II ŚN				<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b>)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (<b>MLE,</b>)</p> <p>Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<b>SOJ,</b>)</p>							

Jadłospisy z 14. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Ubogopurynowa
2024-04-05 piątek	Obiad	Dyniowa z makaronem* 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Ryba smażona (Dorsz) 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 70 g ( <b>RYB.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 70 g ( <b>RYB.</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Miruna) 70 g ( <b>RYB.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 70 g ( <b>RYB.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 70 g ( <b>RYB.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez glutenu)* 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 70 g ( <b>RYB.</b> ) Szpinak gotowany z olejem (bez glutenu)* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 70 g ( <b>RYB.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pyzy ziemniaczane* 250 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml
	PD	Surówka z marchwi i jabłka () 150 g ( <b>MLE.</b> )	Budyń o smaku czekoladowym z/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )	Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g ( <b>MLE.</b> )		Surówka z marchwi i jabłka () 150 g ( <b>MLE.</b> )	Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g	Surówka z marchwi i jabłka () 150 g ( <b>MLE.</b> )	Chrupki kukurydziane 20 g	Surówka z marchwi i jabłka () 150 g ( <b>MLE.</b> )
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g ( <b>JAJ, GOR.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Pasta z białek z koperkiem 60 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 80 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g
PN	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <b>MLE.</b> )					Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <b>SOJ.</b> )	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <b>MLE.</b> )		

Jadłospisy z 14. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskołuszczowa	STAR- Ubogopurynowa
2024-04-05 piątek	Wartość energetyczna: 2382.42 kcal; Białko ogółem: 83.62 g; Tłuszcz: 81.87 g; Kw. tł. nasy.: 34.36 g; Węglowodany ogółem: 346.95 g; W tym cukry: 102.92 g; Błonnik pok.: 40.55 g; Sól: 7.00 g; WW: 30.67 Por.; : 14.04 %; : 51.44 %; Ener. z T: 30.93 %; Ener. z Bł.: 3.40 %; K: 4775.15 mg;	Wartość energetyczna: 2298.52 kcal; Białko ogółem: 90.38 g; Tłuszcz: 68.78 g; Kw. tł. nasy.: 33.41 g; Węglowodany ogółem: 346.69 g; W tym cukry: 92.84 g; Błonnik pok.: 35.39 g; Sól: 6.66 g; WW: 31.25 Por.; : 15.73 %; : 54.17 %; Ener. z T: 26.93 %; Ener. z Bł.: 3.08 %; K: 4567.28 mg;	Wartość energetyczna: 2623.19 kcal; Białko ogółem: 123.20 g; Tłuszcz: 87.97 g; Kw. tł. nasy.: 45.60 g; Węglowodany ogółem: 351.84 g; W tym cukry: 83.67 g; Błonnik pok.: 34.59 g; Sól: 11.27 g; WW: 31.89 Por.; : 18.79 %; : 48.38 %; Ener. z T: 30.18 %; Ener. z Bł.: 2.64 %; K: 4517.50 mg;	Wartość energetyczna: 1659.15 kcal; Białko ogółem: 77.58 g; Tłuszcz: 66.46 g; Kw. tł. nasy.: 33.96 g; Węglowodany ogółem: 207.31 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 37.62 g; Sól: 7.07 g; WW: 16.95 Por.; : 18.70 %; : 40.91 %; Ener. z T: 36.05 %; Ener. z Bł.: 4.53 %; K: 3811.07 mg;	Wartość energetyczna: 2352.51 kcal; Białko ogółem: 91.44 g; Tłuszcz: 68.98 g; Kw. tł. nasy.: 29.32 g; Węglowodany ogółem: 353.99 g; W tym cukry: 104.51 g; Błonnik pok.: 27.88 g; Sól: 6.52 g; WW: 32.57 Por.; : 15.55 %; : 55.45 %; Ener. z T: 26.39 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 3862.55 mg;	Wartość energetyczna: 2272.06 kcal; Białko ogółem: 95.09 g; Tłuszcz: 68.77 g; Kw. tł. nasy.: 33.42 g; Węglowodany ogółem: 333.11 g; W tym cukry: 92.62 g; Błonnik pok.: 30.23 g; Sól: 6.74 g; WW: 30.37 Por.; : 16.74 %; : 53.32 %; Ener. z T: 27.24 %; Ener. z Bł.: 2.66 %; K: 4416.78 mg;	Wartość energetyczna: 1999.25 kcal; Białko ogółem: 76.56 g; Tłuszcz: 55.81 g; Kw. tł. nasy.: 23.28 g; Węglowodany ogółem: 311.68 g; W tym cukry: 85.70 g; Błonnik pok.: 28.53 g; Sól: 6.48 g; WW: 28.37 Por.; : 15.32 %; : 56.65 %; Ener. z T: 25.12 %; Ener. z Bł.: 2.85 %; K: 3791.24 mg;	Wartość energetyczna: 2304.03 kcal; Białko ogółem: 71.93 g; Tłuszcz: 75.70 g; Kw. tł. nasy.: 32.69 g; Węglowodany ogółem: 341.73 g; W tym cukry: 90.57 g; Błonnik pok.: 25.78 g; Sól: 4.31 g; WW: 31.68 Por.; : 12.49 %; : 54.85 %; Ener. z T: 29.57 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 4120.40 mg;	Wartość energetyczna: 2188.66 kcal; Białko ogółem: 89.87 g; Tłuszcz: 57.86 g; Kw. tł. nasy.: 27.16 g; Węglowodany ogółem: 341.56 g; W tym cukry: 80.96 g; Błonnik pok.: 30.52 g; Sól: 6.22 g; WW: 31.23 Por.; : 16.42 %; : 56.85 %; Ener. z T: 23.79 %; Ener. z Bł.: 2.79 %; K: 4117.42 mg;	Wartość energetyczna: 1918.43 kcal; Białko ogółem: 55.19 g; Tłuszcz: 48.50 g; Kw. tł. nasy.: 23.45 g; Węglowodany ogółem: 325.28 g; W tym cukry: 73.94 g; Błonnik pok.: 26.48 g; Sól: 6.10 g; WW: 29.96 Por.; : 11.51 %; : 62.30 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K: 1934.18 mg;
2024-04-06 sobota	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Galaretką o smaku truskawkowym 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Galaretką o smaku truskawkowym 150 g	Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Pasta z twarogu z dżemem truskawkowym 60 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 0,5 szt ( <b>JAJ.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Pasta warzywna* 80 g ( <b>SEL.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Galaretką o smaku truskawkowym 150 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Galaretką o smaku truskawkowym 150 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Galaretką o smaku truskawkowym 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Galaretką o smaku truskawkowym 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta warzywna* 60 g ( <b>SEL.</b> ) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Galaretką o smaku truskawkowym 150 g
II ŚN				Kiwi 1 szt 1 szt						

Jadłospisy z 14. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskołuszczowa	STAR- Ubogopurynowa
2024-04-06 sobota	Obiad	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Kasza gryczana 200 g Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml ( <b>MLE, SEL., SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Gulasz wieprzowy-dieta 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml ( <b>MLE, SEL., SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Gulasz wieprzowy-dieta 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Kasza gryczana 100 g Gulasz wieprzowy-dieta 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml ( <b>MLE, SEL., SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Gulasz wieprzowy-dieta 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Buraczki gotowane () 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml ( <b>MLE, SEL., SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Gulasz wieprzowy-dieta 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml ( <b>MLE, SEL., SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Gulasz wieprzowy-dieta (bez glutenu) 150 g Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml ( <b>MLE, SEL., SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Gulasz wieprzowy-dieta 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml ( <b>MLE, SEL., SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Gulasz wieprzowy-dieta 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE.</b> )		Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Biszkopty b/m 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</b> )	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Biszkopty b/m 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</b> )		

Jadłospisy z 14. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Ubogopurynowa	
2024-04-06 sobota	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g ( <b>SEL.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 25 g ( <b>SOJ.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt					Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt
	Wartość energetyczna: 2350.70 kcal; Białko ogółem: 93.70 g; Tłuszcz: 84.83 g; Kw. tł. nasy.: 28.54 g; Węglowodany ogółem: 317.39 g; W tym cukry: 64.97 g; Błonnik pok.: 30.77 g; Sól: 9.29 g; WW: 28.70 Por; : 15.94 %; : 48.77 %; Ener. z T: 32.48 %; Ener. z Bł.: 2.62 %; K: 3749.94 mg;	Wartość energetyczna: 2186.76 kcal; Białko ogółem: 90.76 g; Tłuszcz: 66.73 g; Kw. tł. nasy.: 28.50 g; Węglowodany ogółem: 319.56 g; W tym cukry: 74.06 g; Błonnik pok.: 28.81 g; Sól: 8.72 g; WW: 29.15 Por; : 16.60 %; : 53.18 %; Ener. z T: 27.46 %; Ener. z Bł.: 2.63 %; K: 4104.45 mg;	Wartość energetyczna: 2532.35 kcal; Białko ogółem: 117.15 g; Tłuszcz: 86.00 g; Kw. tł. nasy.: 37.99 g; Węglowodany ogółem: 340.91 g; W tym cukry: 81.21 g; Błonnik pok.: 38.43 g; Sól: 9.20 g; WW: 30.40 Por; : 18.50 %; : 47.78 %; Ener. z T: 30.56 %; Ener. z Bł.: 3.03 %; K: 4448.61 mg;	Wartość energetyczna: 1934.16 kcal; Białko ogółem: 86.73 g; Tłuszcz: 74.65 g; Kw. tł. nasy.: 25.38 g; Węglowodany ogółem: 247.95 g; W tym cukry: 34.74 g; Błonnik pok.: 37.95 g; Sól: 8.46 g; WW: 21.09 Por; : 17.94 %; : 43.43 %; Ener. z T: 34.73 %; Ener. z Bł.: 3.92 %; K: 3945.04 mg;	Wartość energetyczna: 2368.24 kcal; Białko ogółem: 93.32 g; Tłuszcz: 75.52 g; Kw. tł. nasy.: 30.49 g; Węglowodany ogółem: 342.74 g; W tym cukry: 80.17 g; Błonnik pok.: 28.51 g; Sól: 7.82 g; WW: 31.45 Por; : 15.76 %; : 53.07 %; Ener. z T: 28.70 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 3834.99 mg;	Wartość energetyczna: 2216.92 kcal; Białko ogółem: 90.05 g; Tłuszcz: 65.25 g; Kw. tł. nasy.: 26.30 g; Węglowodany ogółem: 325.65 g; W tym cukry: 95.83 g; Błonnik pok.: 26.61 g; Sól: 4.95 g; WW: 29.95 Por; : 16.25 %; : 53.96 %; Ener. z T: 26.49 %; Ener. z Bł.: 2.40 %; K: 3710.33 mg;	Wartość energetyczna: 2025.09 kcal; Białko ogółem: 83.21 g; Tłuszcz: 50.26 g; Kw. tł. nasy.: 21.83 g; Węglowodany ogółem: 318.74 g; W tym cukry: 79.15 g; Błonnik pok.: 26.95 g; Sól: 4.60 g; WW: 29.22 Por; : 16.44 %; : 57.64 %; Ener. z Bł.: 2.66 %; K: 3444.18 mg;	Wartość energetyczna: 2237.91 kcal; Białko ogółem: 76.22 g; Tłuszcz: 74.14 g; Kw. tł. nasy.: 27.89 g; Węglowodany ogółem: 321.95 g; W tym cukry: 71.28 g; Błonnik pok.: 17.85 g; Sól: 6.39 g; WW: 30.48 Por; : 13.62 %; : 54.36 %; Ener. z T: 29.82 %; Ener. z Bł.: 1.60 %; K: 3655.95 mg;	Wartość energetyczna: 2126.92 kcal; Białko ogółem: 90.70 g; Tłuszcz: 60.13 g; Kw. tł. nasy.: 24.12 g; Węglowodany ogółem: 319.51 g; W tym cukry: 74.01 g; Błonnik pok.: 28.81 g; Sól: 8.72 g; WW: 29.15 Por; : 17.06 %; : 54.67 %; Ener. z T: 25.44 %; Ener. z Bł.: 2.71 %; K: 4102.45 mg;	Wartość energetyczna: 2086.87 kcal; Białko ogółem: 72.47 g; Tłuszcz: 49.17 g; Kw. tł. nasy.: 18.54 g; Węglowodany ogółem: 350.27 g; W tym cukry: 92.41 g; Błonnik pok.: 32.47 g; Sól: 4.71 g; WW: 31.83 Por; : 13.89 %; : 60.91 %; Ener. z T: 21.21 %; Ener. z Bł.: 3.11 %; K: 3464.12 mg;	

Jadłospisy z 14. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Ubogopurynowa
Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 80 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> ) Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> ) Pomidor 100 g Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 80 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE.</b> ) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 60 g Mus z jabłek ( ) z/c 150 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> ) Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 80 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 80 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> ) Jabłko 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN			Jabłko 150 g						
Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane ( ) 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Surówka Colesław 200 g ( <b>JAJ, MLE, GOR.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane ( ) 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane ( ) 100 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Surówka Colesław b/c 200 g ( <b>JAJ, MLE, GOR.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane ( ) 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane ( ) 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane ( ) 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem (bez glutenu)* 400 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane ( ) 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 100 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Pyzy ziemniaczane* 250 g Sos własny ( ) 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Pyzy ziemniaczane* 250 g Sos własny ( ) 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ.</b> )		Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ.</b> )	Chleb bezglutenowy 25 g Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ.</b> )		



Jadłospisy z 14. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Bezglutenowa	STAR- Nisko tłuszczowa	STAR- Ubogopurynowa	
2024-04-07 niedziela	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE.</b> ) Papryka konserwowa 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE.</b> ) Papryka konserwowa 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g ( <b>MLE.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g ( <b>SEL.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 40 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 30 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt					
		Wartość energetyczna: 2418.74 kcal; Białko ogółem: 114.58 g; Tłuszcz: 91.51 g; Kw. tł. nasy.: 38.74 g; Węglowodany ogółem: 294.61 g; W tym cukry: 73.25 g; Błonnik pok.: 28.54 g; Sól: 6.83 g; WW: 26.74 Por; : 18.95 %; : 44.00 %; Ener. z T: 34.05 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 3936.55 mg;	Wartość energetyczna: 2418.33 kcal; Białko ogółem: 123.04 g; Tłuszcz: 84.09 g; Kw. tł. nasy.: 37.96 g; Węglowodany ogółem: 301.58 g; W tym cukry: 66.53 g; Błonnik pok.: 25.83 g; Sól: 5.85 g; WW: 27.65 Por; : 20.35 %; : 45.61 %; Ener. z T: 31.30 %; Ener. z Bł.: 2.14 %; K: 4452.08 mg;	Wartość energetyczna: 2746.85 kcal; Białko ogółem: 138.53 g; Tłuszcz: 109.92 g; Kw. tł. nasy.: 52.09 g; Węglowodany ogółem: 314.91 g; W tym cukry: 66.39 g; Błonnik pok.: 32.54 g; Sól: 8.98 g; WW: 28.35 Por; : 20.17 %; : 41.12 %; Ener. z T: 36.02 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 4616.17 mg;	Wartość energetyczna: 1839.57 kcal; Białko ogółem: 100.67 g; Tłuszcz: 73.54 g; Kw. tł. nasy.: 28.20 g; Węglowodany ogółem: 208.66 g; W tym cukry: 35.96 g; Błonnik pok.: 33.48 g; Sól: 5.84 g; WW: 17.59 Por; : 21.89 %; : 38.09 %; Ener. z T: 35.98 %; Ener. z Bł.: 3.64 %; K: 3333.74 mg;	Wartość energetyczna: 2458.23 kcal; Białko ogółem: 118.86 g; Tłuszcz: 80.41 g; Kw. tł. nasy.: 34.71 g; Węglowodany ogółem: 327.08 g; W tym cukry: 72.70 g; Błonnik pok.: 25.34 g; Sól: 5.46 g; WW: 30.17 Por; : 19.34 %; : 49.10 %; Ener. z T: 29.44 %; Ener. z Bł.: 2.06 %; K: 4157.06 mg;	Wartość energetyczna: 2339.64 kcal; Białko ogółem: 117.12 g; Tłuszcz: 82.78 g; Kw. tł. nasy.: 37.51 g; Węglowodany ogółem: 288.82 g; W tym cukry: 65.58 g; Błonnik pok.: 20.67 g; Sól: 5.43 g; WW: 26.88 Por; : 20.02 %; : 45.84 %; Ener. z T: 31.84 %; Ener. z Bł.: 1.77 %; K: 4301.58 mg;	Wartość energetyczna: 2194.30 kcal; Białko ogółem: 90.83 g; Tłuszcz: 68.76 g; Kw. tł. nasy.: 29.78 g; Węglowodany ogółem: 312.98 g; W tym cukry: 107.24 g; Błonnik pok.: 24.11 g; Sól: 4.78 g; WW: 28.87 Por; : 16.56 %; : 52.66 %; Ener. z T: 28.20 %; Ener. z Bł.: 2.20 %; K: 4510.61 mg;	Wartość energetyczna: 2284.88 kcal; Białko ogółem: 99.49 g; Tłuszcz: 84.32 g; Kw. tł. nasy.: 33.45 g; Węglowodany ogółem: 286.51 g; W tym cukry: 64.97 g; Błonnik pok.: 19.48 g; Sól: 3.54 g; WW: 26.70 Por; : 17.42 %; : 46.75 %; Ener. z T: 33.21 %; Ener. z Bł.: 1.71 %; K: 4055.18 mg;	Wartość energetyczna: 2155.19 kcal; Białko ogółem: 108.01 g; Tłuszcz: 62.55 g; Kw. tł. nasy.: 28.35 g; Węglowodany ogółem: 302.02 g; W tym cukry: 75.38 g; Błonnik pok.: 29.38 g; Sól: 5.68 g; WW: 27.31 Por; : 20.05 %; : 50.60 %; Ener. z T: 26.12 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 4462.06 mg;	Wartość energetyczna: 1795.66 kcal; Białko ogółem: 49.77 g; Tłuszcz: 39.34 g; Kw. tł. nasy.: 18.20 g; Węglowodany ogółem: 318.50 g; W tym cukry: 77.10 g; Błonnik pok.: 24.03 g; Sól: 6.29 g; WW: 29.39 Por; : 11.09 %; : 65.60 %; Ener. z T: 19.72 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 1914.11 mg;

Jadłospisy z 14. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	
2024-04-01 poniedziałek	Śniadanie	Bułka pszenna długa krojona 60 g <b>(GLU PSZ.)</b> Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g <b>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</b> Masło extra 82% 10 g <b>(MLE.)</b> Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona , parzona 25 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g <b>(GLU PSZ.)</b> Masło extra 82% 14 g <b>(MLE.)</b> Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona , parzona 80 g Pomidor 100 g Mandarynka 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g <b>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</b> Masło extra 82% 10 g <b>(MLE.)</b> Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona , parzona 80 g Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g <b>(GLU PSZ.)</b> Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g <b>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</b> Masło extra 82% 14 g <b>(MLE.)</b> Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona , parzona 80 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Mandarynka 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt <b>(MLE.)</b>
	III ŚN		Mandarynka 150 g		
	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml <b>(GLU PSZ, SEL.)</b> Pyzy ziemniaczane* 250 g Sos własny ( ) 50 ml <b>(GLU PSZ, SEL.)</b> Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml <b>(GLU PSZ, SEL.)</b> Ziemniaki z tłuszczem gotowane ( ) 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml <b>(GLU PSZ, SEL.)</b> Ziemniaki z tłuszczem gotowane ( ) 100 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml <b>(GLU PSZ, SEL.)</b> Ziemniaki z tłuszczem gotowane ( ) 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
PD	Chrupki kukurydziane 25 g	Sok przecierowy Kubeś 0,3L 1 szt		Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 g <b>(GLU PSZ, MLE.)</b>	

Jadłospisy z 14. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa
2024-04-01 poniedziałek	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 60 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 80 g Sałatka jarzynowa z olejem () 80 g ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 80 g Sałatka jarzynowa z olejem () 80 g ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 80 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			
		Wartość energetyczna: 1798.37 kcal; Białko ogółem: 48.27 g; Tłuszcz: 30.71 g; Kw. tł. nasy.: 13.75 g; Węglowodany ogółem: 340.64 g; W tym cukry: 79.26 g; Błonnik pok.: 26.67 g; Sól: 5.46 g; WW: 31.28 Por; : 10.74 %; : 69.83 %; Ener. z T: 15.37 %; Ener. z Bł.: 2.97 %; K: 2279.86 mg;	Wartość energetyczna: 2139.38 kcal; Białko ogółem: 106.96 g; Tłuszcz: 66.70 g; Kw. tł. nasy.: 26.64 g; Węglowodany ogółem: 286.39 g; W tym cukry: 83.98 g; Błonnik pok.: 28.65 g; Sól: 6.34 g; WW: 25.69 Por; : 20.00 %; : 48.19 %; Ener. z T: 28.06 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 4229.77 mg;	Wartość energetyczna: 1787.45 kcal; Białko ogółem: 101.34 g; Tłuszcz: 58.78 g; Kw. tł. nasy.: 21.85 g; Węglowodany ogółem: 224.42 g; W tym cukry: 57.12 g; Błonnik pok.: 34.67 g; Sól: 6.34 g; WW: 18.87 Por; : 22.68 %; : 42.46 %; Ener. z T: 29.60 %; Ener. z Bł.: 3.88 %; K: 3729.63 mg;	Wartość energetyczna: 2272.81 kcal; Białko ogółem: 117.01 g; Tłuszcz: 70.77 g; Kw. tł. nasy.: 30.57 g; Węglowodany ogółem: 303.05 g; W tym cukry: 70.48 g; Błonnik pok.: 29.79 g; Sól: 6.89 g; WW: 27.18 Por; : 20.59 %; : 48.09 %; Ener. z T: 28.02 %; Ener. z Bł.: 2.62 %; K: 4685.24 mg;

Jadłospisy z 14. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoreszkowa	
2024-04-02 wtorek	Śniadanie	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobiony parzony, wędzony 25 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Jabłko 1 szt 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 80 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE.</u> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobiony parzony, wędzony 80 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Gruszka 1szt. 150 g
	II ŚN		Gruszka 1szt. 150 g		
	Obiad	Solferino (bez mleka)*() 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta. 250 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Solferino (bez mleka)*() 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos ziołowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Marchew gotowana z olejem* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Solferino * ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 350 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
	PD	Chrupki kukurydziane 25 g	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml ( <u>MLE.</u> )	

Jadłospisy z 14. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa
2024-04-02 wtorek	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta warzywna* 80 g ( <u>SEL,</u> ) Pomidor 80 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE,</u> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g ( <u>RYB,</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g ( <u>RYB,</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE,</u> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g ( <u>RYB,</u> ) Sałata zielona 20 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt			
		Wartość energetyczna: 1600.70 kcal; Białko ogółem: 42.81 g; Tłuszcz: 32.80 g; Kw. tł. nasy.: 15.24 g; Węglowodany ogółem: 298.26 g; W tym cukry: 74.20 g; Błonnik pok.: 25.86 g; Sól: 3.69 g; WW: 27.33 Por; : 10.70 %; : 68.07 %; Ener. z T: 18.44 %; Ener. z Bł.: 3.23 %; K: 2767.61 mg;	Wartość energetyczna: 1907.76 kcal; Białko ogółem: 74.15 g; Tłuszcz: 45.68 g; Kw. tł. nasy.: 19.06 g; Węglowodany ogółem: 312.10 g; W tym cukry: 110.25 g; Błonnik pok.: 27.70 g; Sól: 5.29 g; WW: 28.64 Por; : 15.55 %; : 59.63 %; Ener. z T: 21.55 %; Ener. z Bł.: 2.90 %; K: 3326.84 mg;	Wartość energetyczna: 1635.91 kcal; Białko ogółem: 64.25 g; Tłuszcz: 38.38 g; Kw. tł. nasy.: 14.51 g; Węglowodany ogółem: 274.38 g; W tym cukry: 90.32 g; Błonnik pok.: 42.01 g; Sól: 7.17 g; WW: 23.29 Por; : 15.71 %; : 56.82 %; Ener. z T: 21.11 %; Ener. z Bł.: 5.14 %; K: 3694.00 mg;	Wartość energetyczna: 2165.13 kcal; Białko ogółem: 80.40 g; Tłuszcz: 45.91 g; Kw. tł. nasy.: 22.88 g; Węglowodany ogółem: 372.23 g; W tym cukry: 105.11 g; Błonnik pok.: 24.31 g; Sól: 5.72 g; WW: 34.95 Por; : 14.85 %; : 64.28 %; Ener. z T: 19.08 %; Ener. z Bł.: 2.25 %; K: 3208.29 mg;

Jadłospisy z 14. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa
2024-04-03 środa Śniadanie	Bułka pszenna długa krojona 60 g <b>(GLU PSZ.)</b> Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g <b>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</b> Masło extra 82% 14 g <b>(MLE.)</b> Twaróg półtłusty 30 g <b>(MLE.)</b> Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g <b>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</b> Masło extra 82% 5 g <b>(MLE.)</b> Dżem 30 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g <b>(GLU PSZ.)</b> Masło extra 82% 14 g <b>(MLE.)</b> Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g <b>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</b> Masło extra 82% 5 g <b>(MLE.)</b> Dżem 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g <b>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</b> Masło extra 82% 10 g <b>(MLE.)</b> Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 60 g <b>(GLU PSZ.)</b> Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g <b>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</b> Masło extra 82% 14 g <b>(MLE.)</b> Twaróg półtłusty 80 g <b>(MLE.)</b> Mandarynka 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml <b>(MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g <b>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</b> Masło extra 82% 5 g <b>(MLE.)</b> Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw ostonce niejadalnej 30 g <b>(SOJ.)</b>
II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g <b>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</b> Masło extra 82% 5 g <b>(MLE.)</b> Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g	

Jadłospisy z 14. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	
2024-04-03 środa	Obiad	Grycikowa * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Sos jarzynowy * 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Dyńia duszona z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grycikowa * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 70 g ( <b>GLUPSZ, JAJ,</b> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Dyńia duszona z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grycikowa * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 70 g ( <b>GLUPSZ, JAJ,</b> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Grycikowa * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 70 g ( <b>GLUPSZ, JAJ,</b> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Dyńia duszona z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	PD	Biszkopty b/m 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ,</b> )			
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE,</b> ) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ,</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona ,parzona 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ) Paszтет z soczewicy * 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE,</b> ) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ,</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt				

Jadłospisy z 14. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa
2024-04-03 środa	<p>Wartość energetyczna: 1860.29 kcal; Białko ogółem: 45.09 g; Tłuszcz: 44.72 g; Kw. tł. nasy.: 21.75 g; Węglowodany ogółem: 329.11 g; W tym cukry: 87.02 g; Błonnik pok.: 25.58 g; Sól: 4.31 g; WW: 30.33 Por; : 9.70 %; : 65.26 %; Ener. z T: 21.64 %; Ener. z Bł.: 2.75 %; K: 3139.97 mg;</p>	<p>Wartość energetyczna: 1900.03 kcal; Białko ogółem: 66.68 g; Tłuszcz: 50.35 g; Kw. tł. nasy.: 22.95 g; Węglowodany ogółem: 300.97 g; W tym cukry: 85.58 g; Błonnik pok.: 19.90 g; Sól: 5.94 g; WW: 28.05 Por; : 14.04 %; : 59.17 %; Ener. z T: 23.85 %; Ener. z Bł.: 2.10 %; K: 3165.71 mg;</p>	<p>Wartość energetyczna: 1955.91 kcal; Białko ogółem: 73.31 g; Tłuszcz: 62.15 g; Kw. tł. nasy.: 20.01 g; Węglowodany ogółem: 292.61 g; W tym cukry: 44.33 g; Błonnik pok.: 33.67 g; Sól: 10.50 g; WW: 25.91 Por; : 14.99 %; : 52.96 %; Ener. z T: 28.60 %; Ener. z Bł.: 3.44 %; K: 3554.73 mg;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2174.71 kcal; Białko ogółem: 82.47 g; Tłuszcz: 59.71 g; Kw. tł. nasy.: 28.26 g; Węglowodany ogółem: 336.19 g; W tym cukry: 84.23 g; Błonnik pok.: 25.40 g; Sól: 6.27 g; WW: 31.08 Por; : 15.17 %; : 57.16 %; Ener. z T: 24.71 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 3710.51 mg;</p>



Jadłospisy z 14. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoreszkowa
2024-04-04 czwartek Śniadanie	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 30 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka na kartki- wieprzowa,wędzona ,parzona 80 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka na kartki- wieprzowa,wędzona ,parzona 80 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt

Jadłospisy z 14. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA STARACHOWICE

2024-04-04 czwartek

	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa
II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <b>SOJ.</b> )	
Obiad	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Risotto wegetariańskie*. 300 g ( <b>SEL.</b> ) Sos pomidorowy 50 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 400 g ( <b>SEL.</b> ) Sos pomidorowy 50 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Risotto (br.) z mięsem wieprzowym i warzywami () 400 g ( <b>SEL.</b> ) Sos pomidorowy 50 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 200 g ( <b>SEL.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 400 g ( <b>SEL.</b> ) Sos pomidorowy 50 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
PD	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml

Jadłospisy z 14. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa
2024-04-04 czwartek	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 25 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g ( <u>SOJ.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			
		Wartość energetyczna: 1768.01 kcal; Białko ogółem: 41.65 g; Tłuszcz: 42.12 g; Kw. tł. nasy.: 13.81 g; Węglowodany ogółem: 316.04 g; W tym cukry: 90.58 g; Błonnik pok.: 24.70 g; Sól: 4.47 g; WW: 29.12 Por; : 9.42 %; : 65.91 %; Ener. z T: 21.44 %; Ener. z Bł.: 2.79 %; K: 3310.09 mg;	Wartość energetyczna: 2257.64 kcal; Białko ogółem: 81.18 g; Tłuszcz: 67.88 g; Kw. tł. nasy.: 22.66 g; Węglowodany ogółem: 340.15 g; W tym cukry: 90.47 g; Błonnik pok.: 25.41 g; Sól: 5.74 g; WW: 31.49 Por; : 14.38 %; : 55.76 %; Ener. z T: 27.06 %; Ener. z Bł.: 2.25 %; K: 3707.72 mg;	Wartość energetyczna: 2023.04 kcal; Białko ogółem: 82.65 g; Tłuszcz: 63.87 g; Kw. tł. nasy.: 21.34 g; Węglowodany ogółem: 302.40 g; W tym cukry: 39.77 g; Błonnik pok.: 50.54 g; Sól: 6.90 g; WW: 25.26 Por; : 16.34 %; : 49.80 %; Ener. z T: 28.41 %; Ener. z Bł.: 5.00 %; K: 4161.20 mg;	Wartość energetyczna: 2341.99 kcal; Białko ogółem: 84.32 g; Tłuszcz: 72.41 g; Kw. tł. nasy.: 25.06 g; Węglowodany ogółem: 349.00 g; W tym cukry: 97.02 g; Błonnik pok.: 25.46 g; Sól: 6.04 g; WW: 32.43 Por; : 14.40 %; : 55.26 %; Ener. z T: 27.83 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 3947.22 mg;

Jadłospisy z 14. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa
2024-04-05 piątek Śniadanie	<p>Płatki pszenne na mleku 300 ml (<b>GLU PSZ, MLE,</b>)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 60 g (<b>GLU PSZ,</b>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b>)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<b>MLE,</b>)</p> <p>Dżem 25 g 2 szt</p> <p>Jabłko pieczone 150 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b>)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (<b>MLE,</b>)</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 60 g (<b>GLU PSZ,</b>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b>)</p> <p>Masło extra 82% 14 g (<b>MLE,</b>)</p> <p>Dżem 25 g 1 szt</p> <p>Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 60 g (<b>SOJ,</b>)</p> <p>Jabłko 1 szt 1 szt</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b>)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (<b>MLE,</b>)</p> <p>Szynka</p> <p>Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (<b>SOJ,</b>)</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b>)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<b>MLE,</b>)</p> <p>Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 80 g (<b>SOJ,</b>)</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>	<p>Płatki pszenne na mleku 300 ml (<b>GLU PSZ, MLE,</b>)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 60 g (<b>GLU PSZ,</b>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b>)</p> <p>Masło extra 82% 14 g (<b>MLE,</b>)</p> <p>Twarożek 60 g (<b>MLE,</b>)</p> <p>Dżem 25 g 1 szt</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Mandarynka 150 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b>)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (<b>MLE,</b>)</p> <p>Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<b>SOJ,</b>)</p>
II ŚN			<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b>)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (<b>MLE,</b>)</p> <p>Szynka</p> <p>Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<b>SOJ,</b>)</p>	

Jadłospisy z 14. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA STARACHOWICE

2024-04-05 piątek

	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa
Obiad	Dyniowa z makaronem* 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pyzy ziemniaczane* 250 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 70 g ( <b>RYB.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 100 g Ryba pieczona (Dorsz) 70 g ( <b>RYB.</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 70 g ( <b>RYB.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) 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 () 200 g	Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 200 g	Surówka z marchwi i jabłka () 150 g ( <b>MLE.</b> )
Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z białek z koperkiem 30 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g
PN	Wafle ryżowe 30 g	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <b>SOJ.</b> )		Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <b>MLE.</b> )

Jadłospisy z 14. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoreszkowa
2024-04-05 piątek		Wartość energetyczna: 2190.90 kcal; Białko ogółem: 56.80 g; Tłuszcz: 49.81 g; Kw. tł. nasy.: 20.58 g; Węglowodany ogółem: 390.59 g; W tym cukry: 96.64 g; Błonnik pok.: 30.48 g; Sól: 6.57 g; WW: 36.10 Por; : 10.37 %; : 65.75 %; Ener. z T: 20.46 %; Ener. z Bł.: 2.78 %; K: 2509.69 mg;	Wartość energetyczna: 2049.43 kcal; Białko ogółem: 73.25 g; Tłuszcz: 56.41 g; Kw. tł. nasy.: 23.30 g; Węglowodany ogółem: 328.37 g; W tym cukry: 85.67 g; Błonnik pok.: 33.69 g; Sól: 7.19 g; WW: 29.57 Por; : 14.30 %; : 57.52 %; Ener. z T: 24.77 %; Ener. z Bł.: 3.29 %; K: 3941.74 mg;	Wartość energetyczna: 1537.34 kcal; Białko ogółem: 67.08 g; Tłuszcz: 48.61 g; Kw. tł. nasy.: 18.78 g; Węglowodany ogółem: 227.27 g; W tym cukry: 45.46 g; Błonnik pok.: 40.62 g; Sól: 7.06 g; WW: 18.67 Por; : 17.45 %; : 48.56 %; Ener. z T: 28.46 %; Ener. z Bł.: 5.28 %; K: 3849.35 mg;	Wartość energetyczna: 2291.02 kcal; Białko ogółem: 90.68 g; Tłuszcz: 68.48 g; Kw. tł. nasy.: 33.39 g; Węglowodany ogółem: 345.34 g; W tym cukry: 92.09 g; Błonnik pok.: 35.25 g; Sól: 6.65 g; WW: 31.11 Por; : 15.83 %; : 54.14 %; Ener. z T: 26.90 %; Ener. z Bł.: 3.08 %; K: 4649.78 mg;
	2024-04-06 sobota	Śniadanie	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta warzywna* 60 g ( <u>SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Galaretko o smaku truskawkowym 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 80 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Galaretko o smaku truskawkowym 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 80 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
II ŚN				Kiwi 1 szt 1 szt	

Jadłospisy z 14. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa
2024-04-06 sobota	Obiad	Selerowa z ziemniakami * ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Gulasz wieprzowy-dieta 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Buraczki gotowane ( ) 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami ( ) * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza gryczana 100 g Gulasz wieprzowy-dieta 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Gulasz wieprzowy-dieta 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Buraczki gotowane ( ) 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	PD	Biszkopty b/m 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g ( <b>SOJ.</b> )	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )

Jadłospisy z 14. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa
2024-04-06 sobota	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna roślinna 80% tł 14 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g ( <u>SOJ.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt			
		Wartość energetyczna: 1917.78 kcal; Białko ogółem: 68.40 g; Tłuszcz: 46.41 g; Kw. tł. nasy.: 16.89 g; Węglowodany ogółem: 321.80 g; W tym cukry: 62.97 g; Błonnik pok.: 31.13 g; Sól: 5.18 g; WW: 29.10 Por; : 14.27 %; : 60.63 %; Ener. z T: 21.78 %; Ener. z Bł.: 3.25 %; K: 3783.55 mg;	Wartość energetyczna: 1878.21 kcal; Białko ogółem: 83.39 g; Tłuszcz: 50.31 g; Kw. tł. nasy.: 17.54 g; Węglowodany ogółem: 284.77 g; W tym cukry: 59.52 g; Błonnik pok.: 22.93 g; Sól: 7.60 g; WW: 26.18 Por; : 17.76 %; : 55.76 %; Ener. z T: 24.11 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 3398.15 mg;	Wartość energetyczna: 1859.11 kcal; Białko ogółem: 90.95 g; Tłuszcz: 64.43 g; Kw. tł. nasy.: 21.56 g; Węglowodany ogółem: 248.43 g; W tym cukry: 34.45 g; Błonnik pok.: 37.95 g; Sól: 9.24 g; WW: 21.06 Por; : 19.57 %; : 45.29 %; Ener. z T: 31.19 %; Ener. z Bł.: 4.08 %; K: 3911.14 mg;	Wartość energetyczna: 2186.76 kcal; Białko ogółem: 90.76 g; Tłuszcz: 66.73 g; Kw. tł. nasy.: 28.50 g; Węglowodany ogółem: 319.56 g; W tym cukry: 74.06 g; Błonnik pok.: 28.81 g; Sól: 8.72 g; WW: 29.15 Por; : 16.60 %; : 53.18 %; Ener. z T: 27.46 %; Ener. z Bł.: 2.63 %; K: 4104.45 mg;



Jadłospisy z 14. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	
2024-04-07 niedziela	Śniadanie	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona , parzona 80 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona , parzona 80 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona , parzona 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Pomidor 100 g Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )
		II ŚN		Jabłko 150 g	
2024-04-07 niedziela	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Pyzy ziemniaczane* 250 g Sos własny () 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane ( ) 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane ( ) 100 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane ( ) 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
		PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ.</b> )		

Jadłospisy z 14. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-07 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	
2024-04-07 niedziela	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 60 g <b>(GLU PSZ.)</b> Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g <b>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</b> Masło extra 82% 10 g <b>(MLE.)</b> Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszką 30 g <b>(MLE.)</b> Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml <b>(MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)</b>	Bułka pszenna długa krojona 60 g <b>(GLU PSZ.)</b> Masło extra 82% 14 g <b>(MLE.)</b> Dżem 40 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g <b>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</b> Masło extra 82% 10 g <b>(MLE.)</b> Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g <b>(SOJ.)</b> Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g <b>(GLU PSZ.)</b> Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g <b>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</b> Masło extra 82% 14 g <b>(MLE.)</b> Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszką 80 g <b>(MLE.)</b> Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml <b>(MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)</b> Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				
		Wartość energetyczna: 1903.06 kcal; Białko ogółem: 55.59 g; Tłuszcz: 42.51 g; Kw. tł. nasy.: 20.03 g; Węglowodany ogółem: 332.58 g; W tym cukry: 86.89 g; Błonnik pok.: 25.07 g; Sól: 6.45 g; WW: 30.72 Por; : 11.68 %; : 64.63 %; Ener. z T: 20.11 %; Ener. z Bł.: 2.63 %; K: 2354.54 mg;	Wartość energetyczna: 2156.14 kcal; Białko ogółem: 93.46 g; Tłuszcz: 69.24 g; Kw. tł. nasy.: 30.09 g; Węglowodany ogółem: 299.82 g; W tym cukry: 107.41 g; Błonnik pok.: 25.40 g; Sól: 4.64 g; WW: 27.42 Por; : 17.34 %; : 50.91 %; Ener. z T: 28.90 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 4529.96 mg;	Wartość energetyczna: 1758.81 kcal; Białko ogółem: 95.41 g; Tłuszcz: 70.31 g; Kw. tł. nasy.: 28.12 g; Węglowodany ogółem: 199.00 g; W tym cukry: 30.62 g; Błonnik pok.: 32.06 g; Sól: 6.51 g; WW: 16.68 Por; : 21.70 %; : 37.97 %; Ener. z T: 35.98 %; Ener. z Bł.: 3.65 %; K: 3593.39 mg;	Wartość energetyczna: 2406.58 kcal; Białko ogółem: 122.39 g; Tłuszcz: 84.14 g; Kw. tł. nasy.: 37.97 g; Węglowodany ogółem: 299.95 g; W tym cukry: 66.63 g; Błonnik pok.: 27.48 g; Sól: 5.90 g; WW: 27.32 Por; : 20.34 %; : 45.29 %; Ener. z T: 31.47 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 4493.83 mg;	

## **Oznaczenia alergenów:**

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

## **Oznaczenia wskaźników odż.:**

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