

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-12 do dnia 2024-02-18 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	
2024-02-12, poniedziałek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bulka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 60 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Marchew gotowana z olejem* 80 g	Bulka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Bulka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Banan 150 g	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Serek Fromage 60 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g 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 granulowana z/c 250 ml Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 20 g Pomidor 80 g
		II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml			Kefir 1,5% t 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml				
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kasza bulgur 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pulpet wieprzowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi () 200 g (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pulpet wieprzowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pulpet wieprzowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza bulgur 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pulpet wieprzowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi b/c () 200 g (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pulpet wieprzowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pulpet wieprzowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pulpet wieprzowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kotlety ziemniaczane () 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez glutenu) () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 70 g (<u>JAJ.</u>) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 50 ml (<u>SEL.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pulpet wieprzowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
		PD	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)			Jabłko 1 szt 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)			Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-12 do dnia 2024-02-18 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa
2024-02-12 poniedziałek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 60 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 60 g (<u>SEL.</u>) Pasta warzywna* 80 g (<u>SEL.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g
	PN	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (<u>SOJ.</u>)				Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (<u>SOJ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (<u>SOJ.</u>) Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (<u>SOJ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (<u>SOJ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)
	E: 2232.32 kcal; B: 83.27 g; T: 77.16 g; Kw. tł. nasy.: 31.41 g; W: 310.24 g; W tym cukry: 87.59 g; Bł.: 28.63 g; Sól: 9.99 g; WW: 28.10 Por; Ener. z B: 14.92 %; Ener. z W: 50.46 %; Ener. z T: 31.11 %; Ener. z Bł.: 2.57 %; K: 3339.73 mg;	E: 2161.16 kcal; B: 80.08 g; T: 67.82 g; Kw. tł. nasy.: 25.80 g; W: 322.08 g; W tym cukry: 84.69 g; Bł.: 25.48 g; Sól: 8.19 g; WW: 29.70 Por; Ener. z B: 14.82 %; Ener. z W: 54.90 %; Ener. z T: 28.24 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 3564.30 mg;	E: 2423.05 kcal; B: 100.65 g; T: 76.27 g; Kw. tł. nasy.: 28.69 g; W: 349.88 g; W tym cukry: 86.39 g; Bł.: 30.37 g; Sól: 9.82 g; WW: 32.00 Por; Ener. z B: 16.62 %; Ener. z W: 52.74 %; Ener. z T: 28.33 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 3909.20 mg;	E: 1606.02 kcal; B: 70.41 g; T: 51.61 g; Kw. tł. nasy.: 21.01 g; W: 232.88 g; W tym cukry: 42.12 g; Bł.: 35.26 g; Sól: 9.00 g; WW: 19.77 Por; Ener. z B: 17.54 %; Ener. z W: 49.22 %; Ener. z T: 28.92 %; Ener. z Bł.: 4.39 %; K: 3499.22 mg;	E: 2355.37 kcal; B: 91.11 g; T: 74.06 g; Kw. tł. nasy.: 29.00 g; W: 343.15 g; W tym cukry: 83.57 g; Bł.: 23.18 g; Sól: 7.56 g; WW: 32.06 Por; Ener. z B: 15.47 %; Ener. z W: 54.34 %; Ener. z T: 28.30 %; Ener. z Bł.: 1.97 %; K: 3729.67 mg;	E: 2147.98 kcal; B: 77.94 g; T: 71.99 g; Kw. tł. nasy.: 25.69 g; W: 307.06 g; W tym cukry: 84.05 g; Bł.: 20.32 g; Sól: 7.00 g; WW: 28.70 Por; Ener. z B: 14.51 %; Ener. z W: 53.40 %; Ener. z T: 30.16 %; Ener. z Bł.: 1.89 %; K: 3429.67 mg;	E: 2323.48 kcal; B: 76.00 g; T: 70.04 g; Kw. tł. nasy.: 24.13 g; W: 357.60 g; W tym cukry: 113.36 g; Bł.: 25.17 g; Sól: 6.91 g; WW: 33.31 Por; Ener. z B: 13.08 %; Ener. z W: 57.23 %; Ener. z T: 27.13 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 3726.07 mg;	E: 2578.28 kcal; B: 61.99 g; T: 90.99 g; Kw. tł. nasy.: 43.97 g; W: 389.04 g; W tym cukry: 106.47 g; Bł.: 27.29 g; Sól: 5.58 g; WW: 36.30 Por; Ener. z B: 9.62 %; Ener. z W: 56.12 %; Ener. z T: 31.76 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 4576.79 mg;	E: 2096.66 kcal; B: 66.57 g; T: 77.46 g; Kw. tł. nasy.: 25.83 g; W: 286.05 g; W tym cukry: 58.67 g; Bł.: 12.26 g; Sól: 5.44 g; WW: 27.37 Por; Ener. z B: 12.70 %; Ener. z W: 52.23 %; Ener. z T: 33.25 %; Ener. z Bł.: 1.17 %; K: 3114.00 mg;	E: 1987.22 kcal; B: 79.98 g; T: 61.22 g; Kw. tł. nasy.: 21.42 g; W: 293.51 g; W tym cukry: 61.92 g; Bł.: 25.46 g; Sól: 8.15 g; WW: 26.83 Por; Ener. z B: 16.10 %; Ener. z W: 53.95 %; Ener. z T: 27.73 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 3560.90 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-12 do dnia 2024-02-18 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa
2024-02-13 wtorek	Śniadanie	<p>Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Salata zielona 20 g</p>	<p>Bulka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Salata zielona 20 g</p>	<p>Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 30 g (MLE.) Salata zielona 20 g</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Salata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (MLE.) Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bulka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Polędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,śre dno rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 20 g Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Salata zielona 20 g</p>	<p>Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bulka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Polędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,śre dno rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 20 g Chalka 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Salata zielona 20 g</p>	<p>Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bulka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Rzodkiew biała 80 g Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Salata zielona 20 g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Platki kukurydziane na mleku 300 ml (MLE.) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Salata zielona 20 g</p>	<p>Bulka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Salata zielona 20 g</p>
		II ŚN	Drożdżówka mini 50g	50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 30 g (MLE.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)			
Obiad	<p>Jarzynowa z zacierką *-podstawa 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew oprószana z olejem* 150 g (JAJ, GOR.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Jarzynowa z zacierką *-dieta 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 100 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka wykwintna z olejem b/c 150 g (JAJ, GOR.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml</p>	<p>Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Jarzynowa z zacierką *-dieta (bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 50 ml (GLU PSZ.) Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Pierogi z truskawkami* 200 g (GLU PSZ.) Sos jogurtowy naturalny 50 g (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Jarzynowa z zacierką makaronem (bez glutenu)* 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml</p>	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-12 do dnia 2024-02-18 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa
PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>)					Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (<u>SOJ.</u>)	Chrupki kukurydziane 20 g	Chleb bezglutenowy 25 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>)
2024-02-13 wtorek Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka 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	Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki jęczmieńne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Buraczki gotowane () 80 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 80 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g 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	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka 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	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt					Sok pomidorowy 0,3l 1 szt				Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
	E: 2271.15 kcal; B: 89.95 g; T: 79.52 g; Kw. tł. nasy.: 30.78 g; W: 313.70 g; W tym cukry: 65.77 g; Bł.: 29.58 g; Sól: 9.20 g; WW: 28.56 Por; Ener. z B: 15.84 %; Ener. z W: 50.04 %; Ener. z T: 31.51 %; Ener. z Bł.: 2.60 %; K: 4077.30 mg;	E: 2291.59 kcal; B: 93.30 g; T: 71.83 g; Kw. tł. nasy.: 30.21 g; W: 331.81 g; W tym cukry: 66.33 g; Bł.: 27.00 g; Sól: 8.90 g; WW: 30.69 Por; Ener. z B: 16.29 %; Ener. z W: 53.21 %; Ener. z T: 28.21 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 4085.18 mg;	E: 2732.44 kcal; B: 125.90 g; T: 106.42 g; Kw. tł. nasy.: 51.34 g; W: 337.62 g; W tym cukry: 61.50 g; Bł.: 35.91 g; Sól: 11.24 g; WW: 30.39 Por; Ener. z B: 18.91 %; Ener. z W: 48.88 %; Ener. z T: 36.63 %; Ener. z Bł.: 3.71 %; K: 3169.55 mg;	E: 1548.60 kcal; B: 73.20 g; T: 63.03 g; Kw. tł. nasy.: 23.15 g; W: 187.02 g; W tym cukry: 24.95 g; Bł.: 28.75 g; Sól: 7.55 g; WW: 15.89 Por; Ener. z B: 18.91 %; Ener. z W: 40.88 %; Ener. z T: 36.63 %; Ener. z Bł.: 3.71 %; K: 3169.55 mg;	E: 2266.01 kcal; B: 89.26 g; T: 66.44 g; Kw. tł. nasy.: 29.52 g; W: 339.33 g; W tym cukry: 89.24 g; Bł.: 22.65 g; Sól: 8.05 g; WW: 31.77 Por; Ener. z B: 15.76 %; Ener. z W: 55.90 %; Ener. z T: 26.39 %; Ener. z Bł.: 2.00 %; K: 3984.78 mg;	E: 2233.22 kcal; B: 101.15 g; T: 68.41 g; Kw. tł. nasy.: 29.50 g; W: 314.62 g; W tym cukry: 65.69 g; Bł.: 21.84 g; Sól: 8.18 g; WW: 29.49 Por; Ener. z B: 18.12 %; Ener. z W: 52.44 %; Ener. z T: 27.57 %; Ener. z Bł.: 1.96 %; K: 3934.68 mg;	E: 2161.90 kcal; B: 88.20 g; T: 63.83 g; Kw. tł. nasy.: 24.38 g; W: 319.99 g; W tym cukry: 43.51 g; Bł.: 19.18 g; Sól: 8.04 g; WW: 30.27 Por; Ener. z B: 16.32 %; Ener. z W: 55.66 %; Ener. z T: 26.57 %; Ener. z Bł.: 1.77 %; K: 3176.44 mg;	E: 2119.45 kcal; B: 74.87 g; T: 57.83 g; Kw. tł. nasy.: 25.35 g; W: 330.87 g; W tym cukry: 75.05 g; Bł.: 23.91 g; Sól: 4.64 g; WW: 30.71 Por; Ener. z B: 14.13 %; Ener. z W: 57.93 %; Ener. z T: 24.56 %; Ener. z Bł.: 2.26 %; K: 2327.98 mg;	E: 2112.71 kcal; B: 71.61 g; T: 73.73 g; Kw. tł. nasy.: 29.31 g; W: 295.56 g; W tym cukry: 66.21 g; Bł.: 17.09 g; Sól: 5.79 g; WW: 27.99 Por; Ener. z B: 13.56 %; Ener. z W: 52.72 %; Ener. z T: 31.41 %; Ener. z Bł.: 1.62 %; K: 3640.14 mg;	E: 2053.16 kcal; B: 87.46 g; T: 58.76 g; Kw. tł. nasy.: 24.90 g; W: 307.94 g; W tym cukry: 66.28 g; Bł.: 27.00 g; Sól: 9.24 g; WW: 28.34 Por; Ener. z B: 17.04 %; Ener. z W: 54.73 %; Ener. z T: 25.76 %; Ener. z Bł.: 2.63 %; K: 4016.68 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-12 do dnia 2024-02-18 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa		
2024-02-14 środa	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Ser topiony 80 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (SOJ, MLE.) Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (SOJ, MLE.) Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (SOJ, MLE.) Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Twaróg półtłusty 80 g (MLE.)	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Mus z jabłek prażonych 150 g Twaróg półtłusty 60 g (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (SOJ, MLE.) Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (SOJ, MLE.) Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Chleb bezglutenowy 25 g Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (SOJ, MLE.) Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Chleb bezglutenowy 25 g Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (SOJ, MLE.) Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (SOJ, MLE.) Masło extra 82% 5 g (MLE.)	
		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml			Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.)	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml						
		Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 150 g (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 100 g Pulpet drobiowy 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos majerankowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 200 g (SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos majerankowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) (*) 400 ml (MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) (*) 400 ml (MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml
Mandarynka 1 szt			Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)	Mandarynka 1 szt			Banan 1szt. 1 szt					

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-12 do dnia 2024-02-18 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	
2024-02-14 środa	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.) Salata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Bulka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.) Salata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.) Salata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Ryz na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 60 g (RYB, SEL.) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 80 g (SEL.)	Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 30 g (RYB, SEL.) Bulka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 30 g (RYB, SEL.) Bulka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.) Bulka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g Pomidor 80 g	Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.) Bulka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g Pomidor 80 g
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt					Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				
		E: 2070.46 kcal; B: 63.90 g; T: 63.40 g; Kw. tł. nasy.: 34.24 g; W: 324.56 g; W tym cukry: 107.65 g; Bł.: 25.96 g; Sól: 8.47 g; WW: 29.80 Por; Ener. z B: 12.35 %; Ener. z W: 57.69 %; Ener. z T: 27.56 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 2446.71 mg;	E: 2048.82 kcal; B: 71.87 g; T: 46.02 g; Kw. tł. nasy.: 23.62 g; W: 350.10 g; W tym cukry: 112.67 g; Bł.: 25.04 g; Sól: 5.09 g; WW: 32.54 Por; Ener. z B: 14.03 %; Ener. z W: 63.46 %; Ener. z T: 20.21 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 2948.29 mg;	E: 2154.95 kcal; B: 81.74 g; T: 47.52 g; Kw. tł. nasy.: 24.96 g; W: 365.07 g; W tym cukry: 114.39 g; Bł.: 29.83 g; Sól: 7.34 g; WW: 33.58 Por; Ener. z B: 15.17 %; Ener. z W: 62.23 %; Ener. z T: 19.85 %; Ener. z Bł.: 2.77 %; K: 3146.16 mg;	E: 1590.03 kcal; B: 70.93 g; T: 52.81 g; Kw. tł. nasy.: 20.06 g; W: 221.66 g; W tym cukry: 36.12 g; Bł.: 37.14 g; Sól: 6.39 g; WW: 18.39 Por; Ener. z B: 17.84 %; Ener. z W: 46.42 %; Ener. z T: 29.89 %; Ener. z Bł.: 4.67 %; K: 3237.41 mg;	E: 2358.69 kcal; B: 86.17 g; T: 57.66 g; Kw. tł. nasy.: 28.04 g; W: 390.71 g; W tym cukry: 150.34 g; Bł.: 19.88 g; Sól: 5.07 g; WW: 37.11 Por; Ener. z B: 14.61 %; Ener. z W: 62.89 %; Ener. z T: 22.00 %; Ener. z Bł.: 1.69 %; K: 3435.74 mg;	E: 1965.91 kcal; B: 69.36 g; T: 43.39 g; Kw. tł. nasy.: 23.34 g; W: 335.41 g; W tym cukry: 111.17 g; Bł.: 18.94 g; Sól: 5.22 g; WW: 31.68 Por; Ener. z B: 14.11 %; Ener. z W: 64.39 %; Ener. z T: 19.86 %; Ener. z Bł.: 1.93 %; K: 2720.96 mg;	E: 2067.94 kcal; B: 73.63 g; T: 58.23 g; Kw. tł. nasy.: 22.06 g; W: 323.99 g; W tym cukry: 75.28 g; Bł.: 26.14 g; Sól: 7.73 g; WW: 29.73 Por; Ener. z B: 14.24 %; Ener. z W: 57.61 %; Ener. z T: 25.34 %; Ener. z Bł.: 2.53 %; K: 3066.49 mg;	E: 2138.91 kcal; B: 57.13 g; T: 46.97 g; Kw. tł. nasy.: 22.31 g; W: 387.16 g; W tym cukry: 146.59 g; Bł.: 28.14 g; Sól: 4.32 g; WW: 35.85 Por; Ener. z B: 10.68 %; Ener. z W: 67.14 %; Ener. z T: 19.76 %; Ener. z Bł.: 2.63 %; K: 3127.01 mg;	E: 1932.59 kcal; B: 56.60 g; T: 53.45 g; Kw. tł. nasy.: 23.00 g; W: 312.02 g; W tym cukry: 87.38 g; Bł.: 16.09 g; Sól: 2.32 g; WW: 29.58 Por; Ener. z B: 11.71 %; Ener. z W: 61.25 %; Ener. z T: 24.89 %; Ener. z Bł.: 1.66 %; K: 2616.27 mg;	E: 2023.88 kcal; B: 73.18 g; T: 39.82 g; Kw. tł. nasy.: 19.46 g; W: 357.33 g; W tym cukry: 119.10 g; Bł.: 26.52 g; Sól: 5.06 g; WW: 33.17 Por; Ener. z B: 14.46 %; Ener. z W: 65.38 %; Ener. z T: 17.71 %; Ener. z Bł.: 2.62 %; K: 3545.89 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-12 do dnia 2024-02-18 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	
2024-02-15 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>) Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Pomidor 100 g Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 25 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>)
		II ŚN	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>)		Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 25 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 25 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>)			
			Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese z łop wp* 300 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Surówka z selera i jabłka z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>)	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 440 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g	Szpinakowa z ziemniakami * () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese z łop wp-dieta* 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Surówka z selera i jabłka z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>)	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z warzywami* 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-12 do dnia 2024-02-18 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	
2024-02-15 czwartek	PD	Banan 1szt. 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ.</u>)				Banan 1szt. 1 szt			Mus z jablek prażonych 150 g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Paszтет z ciecierzycy * 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Ser mozzarella kulki 25 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 80 g (<u>SOJ, MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 80 g (<u>SOJ, MLE, GLU OW.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Paszтет z ciecierzycy * 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Ser mozzarella kulki 25 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Salata zielona 20 g Dżem 30 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 80 g (<u>SOJ, MLE, GLU OW.</u>) Salata zielona 20 g Dżem 30 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Paszтет z ciecierzycy * 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka dębowa łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białek wieprzowego 80 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 80 g (<u>SOJ, MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt					Sok pomidorowy 0,3l 1 szt				
		E: 2600.46 kcal; B: 97.31 g; T: 88.93 g; Kw. tł. nasy.: 38.19 g; W: 370.25 g; W tym cukry: 103.84 g; Bł.: 45.11 g; Sól: 7.05 g; WW: 32.78 Por; Ener. z B: 14.97 %; Ener. z W: 50.01 %; Ener. z T: 30.78 %; Ener. z Bł.: 3.47 %; K: 4470.30 mg;	E: 2369.30 kcal; B: 102.76 g; T: 67.57 g; Kw. tł. nasy.: 31.61 g; W: 346.50 g; W tym cukry: 92.96 g; Bł.: 25.72 g; Sól: 7.55 g; WW: 32.39 Por; Ener. z B: 17.35 %; Ener. z W: 54.16 %; Ener. z T: 25.67 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 3697.18 mg;	E: 2672.17 kcal; B: 125.44 g; T: 85.65 g; Kw. tł. nasy.: 37.07 g; W: 361.27 g; W tym cukry: 56.93 g; Bł.: 31.27 g; Sól: 10.01 g; WW: 33.27 Por; Ener. z B: 18.78 %; Ener. z W: 49.40 %; Ener. z T: 28.85 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 3484.42 mg;	E: 2001.31 kcal; B: 80.36 g; T: 73.47 g; Kw. tł. nasy.: 28.20 g; W: 272.41 g; W tym cukry: 30.09 g; Bł.: 45.23 g; Sól: 6.75 g; WW: 22.97 Por; Ener. z B: 16.06 %; Ener. z W: 45.41 %; Ener. z T: 33.04 %; Ener. z Bł.: 4.52 %; K: 3603.25 mg;	E: 2361.29 kcal; B: 99.29 g; T: 68.35 g; Kw. tł. nasy.: 30.30 g; W: 342.84 g; W tym cukry: 85.84 g; Bł.: 17.76 g; Sól: 6.36 g; WW: 32.64 Por; Ener. z B: 16.82 %; Ener. z W: 55.07 %; Ener. z T: 26.05 %; Ener. z Bł.: 1.50 %; K: 2980.74 mg;	E: 2403.68 kcal; B: 103.79 g; T: 69.85 g; Kw. tł. nasy.: 31.50 g; W: 345.83 g; W tym cukry: 103.32 g; Bł.: 19.15 g; Sól: 7.02 g; WW: 32.96 Por; Ener. z B: 17.27 %; Ener. z W: 54.36 %; Ener. z T: 26.15 %; Ener. z Bł.: 1.59 %; K: 3523.83 mg;	E: 2255.95 kcal; B: 91.63 g; T: 64.63 g; Kw. tł. nasy.: 28.14 g; W: 335.73 g; W tym cukry: 91.79 g; Bł.: 19.15 g; Sól: 9.70 g; WW: 31.94 Por; Ener. z B: 16.25 %; Ener. z W: 56.13 %; Ener. z T: 25.78 %; Ener. z Bł.: 1.70 %; K: 3187.13 mg;	E: 2390.54 kcal; B: 86.08 g; T: 70.76 g; Kw. tł. nasy.: 35.67 g; W: 360.98 g; W tym cukry: 92.99 g; Bł.: 31.71 g; Sól: 5.59 g; WW: 33.19 Por; Ener. z B: 14.40 %; Ener. z W: 55.10 %; Ener. z T: 26.64 %; Ener. z Bł.: 2.65 %; K: 3457.59 mg;	E: 2202.38 kcal; B: 65.27 g; T: 76.16 g; Kw. tł. nasy.: 28.18 g; W: 314.63 g; W tym cukry: 80.85 g; Bł.: 13.93 g; Sól: 5.06 g; WW: 30.24 Por; Ener. z B: 11.86 %; Ener. z W: 54.61 %; Ener. z T: 31.12 %; Ener. z Bł.: 1.26 %; K: 2823.82 mg;	E: 2058.41 kcal; B: 88.11 g; T: 57.73 g; Kw. tł. nasy.: 21.72 g; W: 314.24 g; W tym cukry: 90.89 g; Bł.: 27.05 g; Sól: 7.40 g; WW: 28.80 Por; Ener. z B: 17.12 %; Ener. z W: 55.81 %; Ener. z T: 25.24 %; Ener. z Bł.: 2.63 %; K: 3149.68 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-12 do dnia 2024-02-18 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	
2024-02-16 piątek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE</u>) Przysmak śliwkowy do smarowania 25g 1 szt Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE</u>) Gruszka 1szt. 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE</u>) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ</u>) Gruszka 1szt. 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE</u>)	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE</u>) Dżem 60 g Jabłko pieczone 150 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Gruszka 1szt. 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Makaron bezglutenowy na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
	II ŚN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (<u>SOJ</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)			
	Obiad	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g (<u>RYB</u>) Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g (<u>RYB</u>) Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 100 g Łosoś pieczony 80g 80 g (<u>RYB</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Ryba pieczona (Miruna) 70 g (<u>RYB</u>) Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g (<u>RYB</u>) Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g (<u>RYB</u>) Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g (<u>RYB</u>) Kotlety sojowe 80 g (<u>SOJ</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Kotlety sojowe 80 g (<u>SOJ</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g (<u>RYB</u>) Warzywa po grecku* (bez glutenu) 200 g (<u>SEL</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g (<u>RYB</u>) Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
PD	Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE</u>)						Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb bezglutenowy 25 g Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-12 do dnia 2024-02-18 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	
2024-02-16 piątek PN	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 80 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Papryka konserwowa 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Papryka konserwowa 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Papryka konserwowa 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z białek z natką pietruszki 60 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem () 80 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 80 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Papryka konserwowa 100 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g Pomidor 80 g
	PN	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>)			Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Sniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>) Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (<u>SOJ.</u>)	Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Sniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>)	
		E: 2754.98 kcal; B: 115.60 g; T: 107.40 g; Kw. tł. nasy.: 44.42 g; W: 345.61 g; W tym cukry: 96.08 g; Bł.: 28.62 g; Sól: 9.28 g; WW: 31.57 Por; Ener. z B: 16.78 %; Ener. z W: 46.02 %; Ener. z T: 35.09 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 3862.37 mg;	E: 2701.72 kcal; B: 120.50 g; T: 88.41 g; Kw. tł. nasy.: 37.94 g; W: 370.83 g; W tym cukry: 115.15 g; Bł.: 29.34 g; Sól: 6.67 g; WW: 34.14 Por; Ener. z B: 17.84 %; Ener. z W: 50.56 %; Ener. z T: 29.45 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 4454.12 mg;	E: 2950.01 kcal; B: 143.30 g; T: 110.70 g; Kw. tł. nasy.: 49.27 g; W: 363.68 g; W tym cukry: 83.47 g; Bł.: 36.57 g; Sól: 11.59 g; WW: 32.70 Por; Ener. z B: 19.43 %; Ener. z W: 44.35 %; Ener. z T: 33.77 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 4624.01 mg;	E: 2034.31 kcal; B: 106.62 g; T: 96.55 g; Kw. tł. nasy.: 38.45 g; W: 199.67 g; W tym cukry: 30.73 g; Bł.: 29.73 g; Sól: 9.44 g; WW: 16.87 Por; Ener. z B: 20.96 %; Ener. z W: 33.42 %; Ener. z T: 42.71 %; Ener. z Bł.: 2.92 %; K: 2999.53 mg;	E: 2446.06 kcal; B: 106.10 g; T: 69.19 g; Kw. tł. nasy.: 31.57 g; W: 361.65 g; W tym cukry: 106.92 g; Bł.: 25.66 g; Sól: 7.09 g; WW: 33.53 Por; Ener. z B: 17.35 %; Ener. z W: 54.94 %; Ener. z T: 25.46 %; Ener. z Bł.: 2.10 %; K: 3704.47 mg;	E: 2651.82 kcal; B: 119.65 g; T: 87.82 g; Kw. tł. nasy.: 37.84 g; W: 358.07 g; W tym cukry: 114.51 g; Bł.: 24.18 g; Sól: 6.25 g; WW: 33.37 Por; Ener. z B: 18.05 %; Ener. z W: 50.36 %; Ener. z T: 29.80 %; Ener. z Bł.: 1.82 %; K: 4303.62 mg;	E: 2452.28 kcal; B: 76.70 g; T: 75.97 g; Kw. tł. nasy.: 29.20 g; W: 377.81 g; W tym cukry: 150.86 g; Bł.: 23.94 g; Sól: 5.06 g; WW: 35.48 Por; Ener. z B: 12.51 %; Ener. z W: 57.72 %; Ener. z T: 27.88 %; Ener. z Bł.: 1.95 %; K: 3554.02 mg;	E: 2694.52 kcal; B: 115.76 g; T: 88.57 g; Kw. tł. nasy.: 40.91 g; W: 370.71 g; W tym cukry: 107.18 g; Bł.: 34.20 g; Sól: 8.79 g; WW: 33.60 Por; Ener. z B: 17.18 %; Ener. z W: 49.95 %; Ener. z T: 29.58 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 3616.57 mg;	E: 2593.28 kcal; B: 96.20 g; T: 91.83 g; Kw. tł. nasy.: 35.35 g; W: 351.64 g; W tym cukry: 105.71 g; Bł.: 17.93 g; Sól: 3.81 g; WW: 33.38 Por; Ener. z B: 14.84 %; Ener. z W: 51.47 %; Ener. z T: 31.87 %; Ener. z Bł.: 1.38 %; K: 3650.01 mg;	E: 2540.79 kcal; B: 111.81 g; T: 78.89 g; Kw. tł. nasy.: 31.49 g; W: 360.84 g; W tym cukry: 107.84 g; Bł.: 29.34 g; Sól: 7.13 g; WW: 33.17 Por; Ener. z B: 17.60 %; Ener. z W: 52.19 %; Ener. z T: 27.94 %; Ener. z Bł.: 2.31 %; K: 4118.22 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-12 do dnia 2024-02-18 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	
2024-02-17 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 80 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 80 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g	Bulka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 80 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bulka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka na kartki- wieprzowa,wędzona,parzona 60 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 80 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 80 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Mus z jabłek () z/c 150 g	
		Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (<u>MLE.</u>)			Jabłko 150 g		Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (<u>MLE.</u>)		
		Obiad	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Kociulek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 250 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 100 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto wegetariańskie* 350 g (<u>SEL.</u>) Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) (*) 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () (bez glutenu) 150 g (<u>SEL.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
PD	Jogurt typu islandzkiego różne smaki Skyr 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>)	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Jogurt typu islandzkiego różne smaki Skyr 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chalka 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Jogurt typu islandzkiego różne smaki Skyr 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-12 do dnia 2024-02-18 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa
2024-02-17 sobota	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową-dieta () 120 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Ogórek kiszony 80 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową-dieta () 120 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową-dieta () 120 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Ogórek kiszony 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową-dieta () 120 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Ogórek kiszony 80 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową-dieta () 100 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Marchew gotowana z olejem* 80 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową-dieta () 120 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Ser topiony 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową-dieta () 120 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową-dieta () 120 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g
	PN	Mus jabłkowo-morelowy 200g 1 szt				Mus jabłkowo-morelowy 200g 1 szt				
	E: 2149.41 kcal; B: 69.64 g; T: 62.84 g; Kw. tł. nasy.: 24.25 g; W: 340.13 g; W tym cukry: 105.52 g; Bł.: 27.19 g; Sól: 8.32 g; WW: 31.35 Por; Ener. z B: 12.96%; Ener. z W: 58.24%; Ener. z T: 26.31%; Ener. z Bł.: 2.53%; K: 2468.01 mg;	E: 2326.49 kcal; B: 82.46 g; T: 59.95 g; Kw. tł. nasy.: 24.37 g; W: 381.87 g; W tym cukry: 126.17 g; Bł.: 31.43 g; Sól: 6.52 g; WW: 35.06 Por; Ener. z B: 14.18%; Ener. z W: 60.25%; Ener. z T: 23.19%; Ener. z Bł.: 2.70%; K: 3675.20 mg;	E: 2769.56 kcal; B: 115.92 g; T: 86.84 g; Kw. tł. nasy.: 41.46 g; W: 403.82 g; W tym cukry: 121.89 g; Bł.: 39.85 g; Sól: 8.16 g; WW: 36.45 Por; Ener. z B: 16.74%; Ener. z W: 52.57%; Ener. z T: 28.22%; Ener. z Bł.: 2.88%; K: 4313.35 mg;	E: 1766.20 kcal; B: 74.88 g; T: 55.96 g; Kw. tł. nasy.: 18.72 g; W: 257.76 g; W tym cukry: 73.17 g; Bł.: 35.07 g; Sól: 7.36 g; WW: 22.20 Por; Ener. z B: 16.96%; Ener. z W: 50.44%; Ener. z T: 28.52%; Ener. z Bł.: 3.97%; K: 2788.64 mg;	E: 2423.62 kcal; B: 83.88 g; T: 69.74 g; Kw. tł. nasy.: 29.04 g; W: 377.37 g; W tym cukry: 102.04 g; Bł.: 24.82 g; Sól: 6.67 g; WW: 35.38 Por; Ener. z B: 13.84%; Ener. z W: 58.19%; Ener. z T: 25.90%; Ener. z Bł.: 2.05%; K: 3591.03 mg;	E: 2224.67 kcal; B: 81.32 g; T: 56.56 g; Kw. tł. nasy.: 21.74 g; W: 360.80 g; W tym cukry: 116.88 g; Bł.: 24.53 g; Sól: 4.01 g; WW: 33.63 Por; Ener. z B: 14.62%; Ener. z W: 60.46%; Ener. z T: 22.88%; Ener. z Bł.: 2.21%; K: 3107.08 mg;	E: 2223.41 kcal; B: 75.10 g; T: 50.88 g; Kw. tł. nasy.: 19.28 g; W: 381.26 g; W tym cukry: 97.32 g; Bł.: 26.24 g; Sól: 4.61 g; WW: 35.51 Por; Ener. z B: 13.51%; Ener. z W: 63.87%; Ener. z T: 20.59%; Ener. z Bł.: 2.36%; K: 3297.65 mg;	E: 2294.07 kcal; B: 68.56 g; T: 69.93 g; Kw. tł. nasy.: 30.78 g; W: 365.13 g; W tym cukry: 122.88 g; Bł.: 31.45 g; Sól: 5.32 g; WW: 33.34 Por; Ener. z B: 11.95%; Ener. z W: 58.18%; Ener. z T: 27.44%; Ener. z Bł.: 2.74%; K: 3397.04 mg;	E: 2151.43 kcal; B: 62.80 g; T: 63.41 g; Kw. tł. nasy.: 22.02 g; W: 343.08 g; W tym cukry: 104.84 g; Bł.: 23.12 g; Sól: 4.41 g; WW: 31.97 Por; Ener. z B: 11.68%; Ener. z W: 59.49%; Ener. z T: 26.53%; Ener. z Bł.: 2.15%; K: 3120.97 mg;	E: 2175.52 kcal; B: 77.64 g; T: 50.57 g; Kw. tł. nasy.: 18.99 g; W: 370.64 g; W tym cukry: 100.31 g; Bł.: 32.60 g; Sól: 6.35 g; WW: 33.80 Por; Ener. z B: 14.28%; Ener. z W: 62.15%; Ener. z T: 20.92%; Ener. z Bł.: 3.00%; K: 3259.40 mg;
2024-02-18 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Ser mozzarella kulki 25 g (MLE.) Pomidor 100 g Wafle ryżowe 30 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor 100 g Wafle ryżowe 30 g	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 100 g Wafle ryżowe 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Ser mozzarella kulki 25 g (MLE.) Pomidor 100 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 60 g (SOJ.) Pomidor 100 g Wafle ryżowe 30 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Ser zółty 60 g (MLE.) Pomidor 100 g Wafle ryżowe 30 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 60 g (SOJ.) Pomidor 100 g Wafle ryżowe 30 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor 100 g Wafle ryżowe 30 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-12 do dnia 2024-02-18 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa
II ŚN	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</u>)		Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ.</u>)			Bułka pszenna długa krojona 25 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</u>)		Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</u>)		
	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kotlet schabowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml		Pomidorowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 70 g Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)	Pomidorowa z zacierką* 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 70 g Ziemniaki z tłuszczem () 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 70 g Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 70 g Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)	Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Schab gotowany 70 g Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kotlety sojowe 80 g (<u>SOJ.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa (bez makaronem (bez glutenu)* 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 70 g Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos własny (bez glutenu) 70 ml	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 80 g Ziemniaki () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)
2024-02-18 niedziela	Galełka o smaku truskawkowym 150 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>)	Mandarynka 1 szt			Galełka o smaku truskawkowym 150 g			
	Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (<u>MLE.</u>) Mandarynka 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)		Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (<u>MLE.</u>) Mandarynka 1 szt Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g (<u>MLE.</u>) Mandarynka 1 szt Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek prażonych 80 g	Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (<u>MLE.</u>) Mandarynka 1 szt Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Mandarynka 1 szt Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (<u>MLE.</u>) Mandarynka 1 szt Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (<u>MLE.</u>) Mandarynka 1 szt Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
PN	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-12 do dnia 2024-02-18 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa
2024-02-18 niedziela	E: 2432.12 kcal; B: 80.76 g; T: 83.29 g; Kw. tł. nasy.: 33.58 g; W: 350.36 g; W tym cukry: 61.64 g; Bł.: 28.20 g; Sól: 6.43 g; WW: 32.21 Por; Ener. z B: 13.28 %; Ener. z W: 52.98 %; Ener. z T: 30.82 %; Ener. z Bł.: 2.32 %; K: 3590.29 mg;	E: 2466.08 kcal; B: 90.82 g; T: 77.66 g; Kw. tł. nasy.: 31.67 g; W: 363.24 g; W tym cukry: 67.16 g; Bł.: 29.09 g; Sól: 6.40 g; WW: 33.37 Por; Ener. z B: 14.73 %; Ener. z W: 54.20 %; Ener. z T: 28.34 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 4042.51 mg;	E: 2683.37 kcal; B: 107.24 g; T: 94.30 g; Kw. tł. nasy.: 41.06 g; W: 368.86 g; W tym cukry: 67.61 g; Bł.: 36.35 g; Sól: 8.93 g; WW: 33.22 Por; Ener. z B: 15.99 %; Ener. z W: 49.57 %; Ener. z T: 31.63 %; Ener. z Bł.: 2.71 %; K: 4314.51 mg;	E: 1532.45 kcal; B: 78.04 g; T: 58.58 g; Kw. tł. nasy.: 26.89 g; W: 187.39 g; W tym cukry: 27.88 g; Bł.: 28.92 g; Sól: 6.57 g; WW: 15.89 Por; Ener. z B: 20.37 %; Ener. z W: 41.36 %; Ener. z T: 34.41 %; Ener. z Bł.: 3.77 %; K: 3021.17 mg;	E: 2381.15 kcal; B: 94.53 g; T: 69.91 g; Kw. tł. nasy.: 32.16 g; W: 354.56 g; W tym cukry: 106.77 g; Bł.: 19.19 g; Sól: 6.23 g; WW: 33.58 Por; Ener. z B: 15.88 %; Ener. z W: 56.34 %; Ener. z T: 26.42 %; Ener. z Bł.: 1.61 %; K: 3935.17 mg;	E: 2309.99 kcal; B: 87.62 g; T: 64.50 g; Kw. tł. nasy.: 27.11 g; W: 354.62 g; W tym cukry: 65.90 g; Bł.: 22.28 g; Sól: 5.69 g; WW: 33.23 Por; Ener. z B: 15.17 %; Ener. z W: 57.55 %; Ener. z T: 25.13 %; Ener. z Bł.: 1.93 %; K: 3850.26 mg;	E: 1986.77 kcal; B: 76.69 g; T: 57.15 g; Kw. tł. nasy.: 24.57 g; W: 302.71 g; W tym cukry: 55.89 g; Bł.: 21.92 g; Sól: 7.27 g; WW: 28.10 Por; Ener. z B: 15.44 %; Ener. z W: 56.53 %; Ener. z T: 25.89 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 3554.26 mg;	E: 2428.08 kcal; B: 89.57 g; T: 72.88 g; Kw. tł. nasy.: 36.51 g; W: 363.44 g; W tym cukry: 62.45 g; Bł.: 32.81 g; Sól: 5.50 g; WW: 33.08 Por; Ener. z B: 14.76 %; Ener. z W: 54.47 %; Ener. z T: 27.01 %; Ener. z Bł.: 2.70 %; K: 3463.88 mg;	E: 2004.12 kcal; B: 60.32 g; T: 58.82 g; Kw. tł. nasy.: 21.34 g; W: 314.80 g; W tym cukry: 56.15 g; Bł.: 19.00 g; Sól: 4.20 g; WW: 29.58 Por; Ener. z B: 12.04 %; Ener. z W: 59.04 %; Ener. z T: 26.42 %; Ener. z Bł.: 1.90 %; K: 3353.02 mg;	E: 2327.54 kcal; B: 85.83 g; T: 59.11 g; Kw. tł. nasy.: 21.52 g; W: 375.46 g; W tym cukry: 88.53 g; Bł.: 28.49 g; Sól: 5.91 g; WW: 34.71 Por; Ener. z B: 14.75 %; Ener. z W: 59.63 %; Ener. z T: 22.86 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 4400.71 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-12 do dnia 2024-02-18 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna	
2024-02-12, poniedziałek	Śniadanie	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Marchew gotowana z olejem* 80 g Pomidor 80 g	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Marchew gotowana z olejem* 80 g Pomidor 80 g	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Banan 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	
		II ŚN		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Jabłko 150 g		
		Obiad	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pulpet wieprzowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza bulgur 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pulpet wieprzowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza bulgur 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pulpet wieprzowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pulpet wieprzowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
PD	Miód 30 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)	Miód 30 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Jabłko 150 g	Jabłko 1 szt 1 szt		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-12 do dnia 2024-02-18 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna
2024-02-12 poniedziałek	Kolacja	Bulka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Pasta warzywna* 60 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Bulka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta warzywna* 60 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Bulka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (SEL.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	
	PN	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (SOJ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (SOJ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (SOJ.) Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (SOJ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (SOJ.)		
		E: 1694.04 kcal; B: 44.08 g; T: 35.38 g; Kw. tł. nasy.: 9.68 g; W: 314.24 g; W tym cukry: 67.63 g; Bł.: 28.28 g; Sól: 5.73 g; WW: 28.65 Por; Ener. z B: 10.41 %; Ener. z W: 67.52 %; Ener. z T: 18.80 %; Ener. z Bł.: 3.34 %; K: 3306.26 mg;	E: 1799.24 kcal; B: 40.78 g; T: 46.55 g; Kw. tł. nasy.: 16.27 g; W: 318.54 g; W tym cukry: 68.72 g; Bł.: 28.78 g; Sól: 5.66 g; WW: 29.07 Por; Ener. z B: 9.07 %; Ener. z W: 64.42 %; Ener. z T: 23.29 %; Ener. z Bł.: 3.20 %; K: 3028.01 mg;	E: 2176.36 kcal; B: 73.73 g; T: 64.68 g; Kw. tł. nasy.: 24.02 g; W: 336.78 g; W tym cukry: 112.88 g; Bł.: 24.45 g; Sól: 7.30 g; WW: 31.30 Por; Ener. z B: 13.55 %; Ener. z W: 57.40 %; Ener. z T: 26.75 %; Ener. z Bł.: 2.25 %; K: 3665.40 mg;	E: 1774.03 kcal; B: 70.87 g; T: 55.48 g; Kw. tł. nasy.: 19.45 g; W: 267.55 g; W tym cukry: 69.77 g; Bł.: 40.06 g; Sól: 8.72 g; WW: 22.76 Por; Ener. z B: 15.98 %; Ener. z W: 51.29 %; Ener. z T: 28.15 %; Ener. z Bł.: 4.52 %; K: 3809.46 mg;	E: 2028.06 kcal; B: 74.04 g; T: 65.42 g; Kw. tł. nasy.: 23.94 g; W: 301.71 g; W tym cukry: 66.52 g; Bł.: 28.46 g; Sól: 7.95 g; WW: 27.34 Por; Ener. z B: 14.60 %; Ener. z W: 53.89 %; Ener. z T: 29.03 %; Ener. z Bł.: 2.81 %; K: 3481.90 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-12 do dnia 2024-02-18 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna	
2024-02-13 wtorek	Śniadanie	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Chafka 80 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Salata zielona 20 g	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Chafka 80 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Salata zielona 20 g	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>) Chafka 80 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Salata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>) Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE. GLU JĘCZ.</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g	
		II ŚN		Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>)	Chrupki kukurydziane 20 g		
		Obiad	Jarzynowa z zacierką *-dieta (bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. SEL.</u>) Pyzy ziemniaczane* 250 g Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</u>) Pyzy ziemniaczane* 250 g Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta (bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta (bez mleka) 300 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 100 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka wykwintna z olejem b/c 150 g (<u>JAJ. GOR.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-12 do dnia 2024-02-18 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzycza bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna	
2024-02-13 wtorek	PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Dżem 25 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Dżem 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (<u>SOJ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>)		
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 25 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 25 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt					
		E: 1860.94 kcal; B: 47.98 g; T: 40.54 g; Kw. tł. nasy.: 13.45 g; W: 334.82 g; W tym cukry: 52.44 g; Bł.: 19.90 g; Sól: 6.78 g; WW: 31.62 Por; Ener. z B: 10.31 %; Ener. z W: 67.69 %; Ener. z T: 19.61 %; Ener. z Bł.: 2.14 %; K: 1581.29 mg;	E: 1930.47 kcal; B: 48.68 g; T: 46.70 g; Kw. tł. nasy.: 16.85 g; W: 337.66 g; W tym cukry: 54.82 g; Bł.: 19.94 g; Sól: 6.80 g; WW: 31.90 Por; Ener. z B: 10.09 %; Ener. z W: 65.83 %; Ener. z T: 21.77 %; Ener. z Bł.: 2.07 %; K: 1600.04 mg;	E: 2220.27 kcal; B: 80.35 g; T: 67.25 g; Kw. tł. nasy.: 25.09 g; W: 337.19 g; W tym cukry: 44.15 g; Bł.: 24.34 g; Sól: 8.76 g; WW: 31.47 Por; Ener. z B: 14.48 %; Ener. z W: 56.36 %; Ener. z T: 27.26 %; Ener. z Bł.: 2.19 %; K: 3326.94 mg;	E: 1501.02 kcal; B: 65.72 g; T: 58.83 g; Kw. tł. nasy.: 20.82 g; W: 193.28 g; W tym cukry: 17.32 g; Bł.: 30.27 g; Sól: 8.02 g; WW: 16.39 Por; Ener. z B: 17.51 %; Ener. z W: 43.44 %; Ener. z T: 35.27 %; Ener. z Bł.: 4.03 %; K: 2866.28 mg;	E: 2155.09 kcal; B: 90.60 g; T: 68.78 g; Kw. tł. nasy.: 30.21 g; W: 307.81 g; W tym cukry: 66.33 g; Bł.: 27.00 g; Sól: 8.71 g; WW: 28.29 Por; Ener. z B: 16.82 %; Ener. z W: 52.12 %; Ener. z T: 28.72 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 4085.18 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-12 do dnia 2024-02-18 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzycza bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna	
2024-02-14 środa	Śniadanie	Bulka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (SOJ, MLE.) Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Bulka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (SOJ, MLE.) Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Bulka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (SOJ, MLE.) Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (SOJ, MLE.) Masło extra 82% 5 g (MLE.)	
		II ŚN		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.)		
		Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos majerankowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 100 g Pulpet drobiowy 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos majerankowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 200 g (SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml
PD	Mandarynka 1 szt						

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-12 do dnia 2024-02-18 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna	
2024-02-14 środa	Kolacja	Pasta warzywna* 60 g (SEL.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Pasta warzywna* 60 g (SEL.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt					
		E: 1597.28 kcal; B: 46.59 g; T: 24.35 g; Kw. tł. nasy.: 11.00 g; W: 312.18 g; W tym cukry: 84.48 g; Bł.: 25.86 g; Sól: 4.35 g; WW: 28.63 Por; Ener. z B: 11.67 %; Ener. z W: 71.70 %; Ener. z T: 13.72 %; Ener. z Bł.: 3.24 %; K: 2632.93 mg;	E: 1758.97 kcal; B: 47.67 g; T: 40.43 g; Kw. tł. nasy.: 20.98 g; W: 315.31 g; W tym cukry: 85.08 g; Bł.: 25.84 g; Sól: 4.62 g; WW: 28.95 Por; Ener. z B: 10.84 %; Ener. z W: 65.83 %; Ener. z T: 20.69 %; Ener. z Bł.: 2.94 %; K: 2742.65 mg;	E: 2024.46 kcal; B: 71.73 g; T: 59.66 g; Kw. tł. nasy.: 22.12 g; W: 311.32 g; W tym cukry: 84.14 g; Bł.: 26.36 g; Sól: 6.81 g; WW: 28.43 Por; Ener. z B: 14.17 %; Ener. z W: 56.30 %; Ener. z T: 26.52 %; Ener. z Bł.: 2.60 %; K: 3098.70 mg;	E: 1544.02 kcal; B: 64.16 g; T: 50.18 g; Kw. tł. nasy.: 17.75 g; W: 223.83 g; W tym cukry: 35.63 g; Bł.: 37.80 g; Sól: 6.83 g; WW: 18.54 Por; Ener. z B: 16.62 %; Ener. z W: 48.19 %; Ener. z T: 29.25 %; Ener. z Bł.: 4.90 %; K: 3233.83 mg;	E: 1934.72 kcal; B: 71.83 g; T: 46.02 g; Kw. tł. nasy.: 23.62 g; W: 321.58 g; W tym cukry: 89.95 g; Bł.: 25.02 g; Sól: 5.05 g; WW: 29.68 Por; Ener. z B: 14.85 %; Ener. z W: 61.31 %; Ener. z T: 21.41 %; Ener. z Bł.: 2.59 %; K: 2946.89 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-12 do dnia 2024-02-18 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzycza bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna	
2024-02-15 czwartek	Śniadanie	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 30 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Miód 30 g	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 30 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Miód 30 g	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Pomidor 100 g Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>)	
		II ŚN		Bulka pszenna długa krojona 25 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>)		
		Obiad	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron z warzywami*. 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese z łop wp-dieta* 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese z łop wp-dieta* 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-12 do dnia 2024-02-18 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna	
2024-02-15 czwartek	PD	Banan 1szt. 1 szt			Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.)	Banan 1szt. 1 szt		
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 80 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paszтет z ciecierzycy * 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 80 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g		
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt						
		E: 1672.46 kcal; B: 48.05 g; T: 23.92 g; Kw. tł. nasy.: 11.44 g; W: 328.44 g; W tym cukry: 82.16 g; Bł.: 23.85 g; Sól: 4.84 g; WW: 30.61 g; Por; Ener. z B: 11.49 %; Ener. z W: 72.85 %; Ener. z T: 12.87 %; Ener. z Bł.: 2.85 %; K: 2954.42 mg;	E: 1807.10 kcal; B: 48.17 g; T: 38.77 g; Kw. tł. nasy.: 21.29 g; W: 328.56 g; W tym cukry: 82.27 g; Bł.: 23.85 g; Sól: 4.84 g; WW: 30.63 g; Por; Ener. z B: 10.66 %; Ener. z W: 67.45 %; Ener. z T: 19.31 %; Ener. z Bł.: 2.64 %; K: 2958.92 mg;	E: 2099.65 kcal; B: 87.98 g; T: 63.97 g; Kw. tł. nasy.: 28.03 g; W: 301.31 g; W tym cukry: 80.21 g; Bł.: 18.19 g; Sól: 9.32 g; WW: 28.59 g; Por; Ener. z B: 16.76 %; Ener. z W: 53.94 %; Ener. z T: 27.42 %; Ener. z Bł.: 1.73 %; K: 3123.43 mg;	E: 1815.43 kcal; B: 74.13 g; T: 61.57 g; Kw. tł. nasy.: 22.61 g; W: 251.47 g; W tym cukry: 16.12 g; Bł.: 31.69 g; Sól: 7.98 g; WW: 22.22 g; Por; Ener. z B: 16.33 %; Ener. z W: 48.42 %; Ener. z T: 30.52 %; Ener. z Bł.: 3.49 %; K: 2667.39 mg;	E: 2235.65 kcal; B: 95.66 g; T: 61.67 g; Kw. tł. nasy.: 27.96 g; W: 332.55 g; W tym cukry: 91.57 g; Bł.: 23.62 g; Sól: 7.25 g; WW: 31.19 g; Por; Ener. z B: 17.12 %; Ener. z W: 55.27 %; Ener. z T: 24.83 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 3592.28 mg;		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-12 do dnia 2024-02-18 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna
2024-02-16 piątek	Sniadanie	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE.</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Sniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE.</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	
	II ŚN			Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml		
	Obiad	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Knedle z woszczyną (*) 250 g (<u>SEL.</u>) Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka)* 300 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 100 g Łosoś pieczony 80g 80 g (<u>RYB.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml		
PD	Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml		Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-12 do dnia 2024-02-18 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzycza bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna	
2024-02-16 piątek	Kolacja	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z białek z natką pietruszki 30 g (<u>JAJ. MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ. MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ. MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Papryka konserwowa 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ. MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	
	PN	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 25 g (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>) Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (<u>SOJ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>)		
		E: 2029.27 kcal; B: 74.70 g; T: 39.63 g; Kw. tł. nasy.: 17.57 g; W: 358.99 g; W tym cukry: 98.82 g; Bł.: 30.71 g; Sól: 5.78 g; WW: 32.82 Por; Ener. z B: 14.72 %; Ener. z W: 64.71 %; Ener. z T: 17.58 %; Ener. z Bł.: 3.03 %; K: 3180.36 mg;	E: 1952.23 kcal; B: 41.37 g; T: 49.24 g; Kw. tł. nasy.: 22.56 g; W: 351.96 g; W tym cukry: 96.95 g; Bł.: 30.75 g; Sól: 4.92 g; WW: 32.15 Por; Ener. z B: 8.48 %; Ener. z W: 65.82 %; Ener. z T: 22.70 %; Ener. z Bł.: 3.15 %; K: 3121.08 mg;	E: 2289.88 kcal; B: 65.82 g; T: 73.57 g; Kw. tł. nasy.: 27.97 g; W: 353.25 g; W tym cukry: 149.10 g; Bł.: 23.22 g; Sól: 4.66 g; WW: 33.08 Por; Ener. z B: 11.50 %; Ener. z W: 57.65 %; Ener. z T: 28.91 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 3464.02 mg;	E: 1733.42 kcal; B: 61.31 g; T: 78.41 g; Kw. tł. nasy.: 25.63 g; W: 210.08 g; W tym cukry: 45.37 g; Bł.: 30.05 g; Sól: 7.61 g; WW: 18.03 Por; Ener. z B: 14.15 %; Ener. z W: 41.54 %; Ener. z T: 40.71 %; Ener. z Bł.: 3.47 %; K: 2579.79 mg;	E: 2611.72 kcal; B: 114.20 g; T: 85.41 g; Kw. tł. nasy.: 36.15 g; W: 361.53 g; W tym cukry: 108.85 g; Bł.: 29.34 g; Sól: 6.43 g; WW: 33.24 Por; Ener. z B: 17.49 %; Ener. z W: 50.88 %; Ener. z T: 29.43 %; Ener. z Bł.: 2.25 %; K: 4154.12 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-12 do dnia 2024-02-18 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzycza bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna	
2024-02-17 sobota	Śniadanie	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g Jabłko 150 g	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g Jabłko 150 g	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 80 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g Jabłko 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 80 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 80 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g Jabłko 150 g	
		II ŚN		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Jabłko 150 g		
		Obiad	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto wegetariańskie* 300 g (<u>SEL.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Risotto wegetariańskie* 300 g (<u>SEL.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 100 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
PD	Chrupki kukurydziane 20 g		Chalka 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Chrupki kukurydziane 20 g	Jogurt typu islandzkiego różne smaki Skyr 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-12 do dnia 2024-02-18 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna	
2024-02-17 sobota	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową-dieta () 60 g (<u>GLU PSZ. SOJ. SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową-dieta () 60 g (<u>GLU PSZ. SOJ. SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową-dieta () 120 g (<u>GLU PSZ. SOJ. SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową-dieta () 120 g (<u>GLU PSZ. SOJ. SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową-dieta () 120 g (<u>GLU PSZ. SOJ. SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	
	PN	Mus jabłkowo-morelowy 200g 1 szt					
		E: 1758.87 kcal; B: 43.50 g; T: 33.25 g; Kw. tł. nasy.: 9.31 g; W: 340.00 g; W tym cukry: 98.43 g; Bł.: 33.35 g; Sól: 4.72 g; WW: 30.59 g; Ener. z B: 9.89 %; Ener. z W: 69.74 %; Ener. z T: 17.01 %; Ener. z Bł.: 3.79 %; K: 3275.96 mg;	E: 1876.51 kcal; B: 42.99 g; T: 46.90 g; Kw. tł. nasy.: 19.04 g; W: 339.21 g; W tym cukry: 98.05 g; Bł.: 33.35 g; Sól: 4.70 g; WW: 30.51 g; Ener. z B: 9.16 %; Ener. z W: 65.20 %; Ener. z T: 22.49 %; Ener. z Bł.: 3.55 %; K: 3266.36 mg;	E: 2360.84 kcal; B: 74.26 g; T: 61.83 g; Kw. tł. nasy.: 22.56 g; W: 395.38 g; W tym cukry: 97.33 g; Bł.: 31.40 g; Sól: 6.97 g; WW: 36.45 g; Ener. z B: 12.58 %; Ener. z W: 61.67 %; Ener. z T: 23.57 %; Ener. z Bł.: 2.66 %; K: 3448.15 mg;	E: 1736.96 kcal; B: 58.16 g; T: 55.75 g; Kw. tł. nasy.: 18.73 g; W: 268.76 g; W tym cukry: 69.09 g; Bł.: 37.23 g; Sól: 5.82 g; WW: 23.13 g; Ener. z B: 13.39 %; Ener. z W: 53.32 %; Ener. z T: 28.89 %; Ener. z Bł.: 4.29 %; K: 2985.00 mg;	E: 2175.44 kcal; B: 77.46 g; T: 56.93 g; Kw. tł. nasy.: 22.58 g; W: 355.95 g; W tym cukry: 107.42 g; Bł.: 31.40 g; Sól: 6.35 g; WW: 32.46 g; Ener. z B: 14.24 %; Ener. z W: 59.68 %; Ener. z T: 23.55 %; Ener. z Bł.: 2.89 %; K: 3462.25 mg;	
2024-02-18 niedziela	Śniadanie	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Miód 60 g Pomidor 100 g Wafle ryżowe 30 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Wafle ryżowe 30 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 80 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 80 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE. GLU OW.</u>) Pomidor 100 g Wafle ryżowe 30 g	Wafle ryżowe 30 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-12 do dnia 2024-02-18 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzycza bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna	
2024-02-18 niedziela	II ŚN		Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ.</u>)			
	Obiad	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 50 g Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 60 g Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 70 g Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)	Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Schab gotowany 70 g Ziemniaki z tłuszczem () 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 70 g Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)	
	PD	Galaretką o smaku truskawkowym 150 g			Mandarynka 1 szt	Galaretką o smaku truskawkowym 150 g	
	Kolacja	Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 30 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek prażonych 150 g Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 30 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek prażonych 150 g Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Mandarynka 1 szt Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 80 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 80 g (<u>MLE.</u>) Mandarynka 1 szt Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	
PN	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt			Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-12 do dnia 2024-02-18 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzycza bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna
2024-02-18 niedziela	E: 2197.08 kcal; B: 62.62 g; T: 43.83 g; Kw. tł. nasy.: 15.54 g; W: 404.46 g; W tym cukry: 90.29 g; Bł.: 26.29 g; Sól: 4.27 g; WW: 37.81 Por; Ener. z B: 11.40 %; Ener. z W: 68.85 %; Ener. z T: 17.95 %; Ener. z Bł.: 2.39 %; K: 3522.86 mg;	E: 2157.77 kcal; B: 64.21 g; T: 48.51 g; Kw. tł. nasy.: 20.27 g; W: 383.22 g; W tym cukry: 90.34 g; Bł.: 26.29 g; Sól: 4.82 g; WW: 35.72 Por; Ener. z B: 11.90 %; Ener. z W: 66.17 %; Ener. z T: 20.23 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 3583.81 mg;	E: 2097.12 kcal; B: 79.31 g; T: 59.29 g; Kw. tł. nasy.: 24.85 g; W: 326.30 g; W tym cukry: 57.36 g; Bł.: 29.09 g; Sól: 7.95 g; WW: 29.76 Por; Ener. z B: 15.13 %; Ener. z W: 56.69 %; Ener. z T: 25.44 %; Ener. z Bł.: 2.77 %; K: 3783.01 mg;	E: 1380.62 kcal; B: 69.89 g; T: 44.05 g; Kw. tł. nasy.: 19.42 g; W: 191.94 g; W tym cukry: 24.03 g; Bł.: 28.92 g; Sól: 8.75 g; WW: 16.40 Por; Ener. z B: 20.25 %; Ener. z W: 47.23 %; Ener. z T: 28.71 %; Ener. z Bł.: 4.19 %; K: 2917.40 mg;	E: 2336.43 kcal; B: 86.09 g; T: 70.68 g; Kw. tł. nasy.: 28.11 g; W: 350.25 g; W tym cukry: 66.73 g; Bł.: 26.99 g; Sól: 6.03 g; WW: 32.29 Por; Ener. z B: 14.74 %; Ener. z W: 55.34 %; Ener. z T: 27.23 %; Ener. z Bł.: 2.31 %; K: 3938.26 mg;	E: 113.40 kcal; B: 2.46 g; T: 0.69 g; Kw. tł. nasy.: 0.15 g; W: 23.85 g; W tym cukry: 0.42 g; Bł.: 0.99 g; Sól: 0.01 g; WW: 2.28 Por; Ener. z B: 8.68 %; Ener. z W: 80.63 %; Ener. z T: 5.48 %; Ener. z Bł.: 1.75 %; K: 0.00 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.:

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