

Jadłospisy z 26. tygodnia, tj. od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-06-30 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	
2024-06-24 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 80 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 80 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 80 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 80 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona ,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Pomidor 100 g Banan 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 100 g Banan 150 g Chrupki kukurydziane 20 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g Banan 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 80 g (SOJ.) Pomidor 100 g Banan 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g Banan 150 g Chrupki kukurydziane 20 g
		II ŚN			Jabłko 150 g						
2024-06-24 poniedziałek	Obiad	Brokułowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Pierogi leniwe z masłem i bułką tartą () 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Pierogi leniwe z masłem () 350 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy * 50 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy * 50 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Pierogi leniwe z masłem i bułką tartą () 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy *(bez mleka) 50 ml (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Pierogi leniwe z masłem i bułką tartą () 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 70 g (JAJ.) Sos koperkowy *(bez glutenu) 50 ml (MLE.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Pierogi leniwe z masłem () 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	
		PD	Mleko UHT 200ml, 3,5% t 1 Por (MLE.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Mleko UHT 200ml, 3,5% t 1 Por (MLE.)	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Mleko UHT 200ml, 3,5% t 1 Por (MLE.)				

Jadłospisy z 26. tygodnia, tj. od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-06-30 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Vegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	
2024-06-24 poniedziałek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml 250 ml Połędwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (SOJ, MLE.) Szprot w sosie pomidorowym 40 g (RYB, SEL.) Sałata zielona 20 g Ogórek świeży 80 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Ogórek świeży 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Ogórek świeży 80 g	Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE.) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 80 g (SEL.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Schab na kartki-wieprzowy, wędzony, parzony 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Salata zielona 20 g Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)		Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g		Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt		Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)		
		Wartość energetyczna: 2345.64 kcal; Białko ogółem: 79.66 g; Tłuszcz: 77.93 g; Kw. tł. nasy.: 40.74 g; Węglowodany ogółem: 342.75 g; W tym cukry: 121.15 g; Błonnik pok.: 30.12 g; Sól: 7.19 g; WW: 31.27 Por.; : 13.58 %; : 849.64 %; Ener. z T: 29.90 %; Ener. z Bł.: 2.57 %; K: 3524.71 mg;	Wartość energetyczna: 2374.18 kcal; Białko ogółem: 85.10 g; Tłuszcz: 77.90 g; Kw. tł. nasy.: 40.63 g; Węglowodany ogółem: 345.58 g; W tym cukry: 124.74 g; Błonnik pok.: 28.56 g; Sól: 6.25 g; WW: 31.81 Por.; : 14.34 %; : 794.06 %; Ener. z T: 29.53 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 3953.99 mg;	Wartość energetyczna: 2584.45 kcal; Białko ogółem: 103.79 g; Tłuszcz: 81.75 g; Kw. tł. nasy.: 43.59 g; Węglowodany ogółem: 373.67 g; W tym cukry: 130.73 g; Błonnik pok.: 36.07 g; Sól: 7.45 g; WW: 33.90 Por.; : 16.06 %; : 828.06 %; Ener. z T: 28.47 %; Ener. z Bł.: 2.79 %; K: 4372.00 mg;	Wartość energetyczna: 1835.88 kcal; Białko ogółem: 74.86 g; Tłuszcz: 74.44 g; Kw. tł. nasy.: 33.52 g; Węglowodany ogółem: 232.74 g; W tym cukry: 48.01 g; Błonnik pok.: 33.25 g; Sól: 7.69 g; WW: 19.92 Por.; : 16.31 %; : 900.40 %; Ener. z T: 36.49 %; Ener. z Bł.: 3.62 %; K: 3761.05 mg;	Wartość energetyczna: 2360.42 kcal; Białko ogółem: 91.34 g; Tłuszcz: 78.78 g; Kw. tł. nasy.: 35.86 g; Węglowodany ogółem: 333.98 g; W tym cukry: 101.87 g; Błonnik pok.: 25.58 g; Sól: 7.90 g; WW: 30.88 Por.; : 15.48 %; : 892.90 %; Ener. z T: 30.04 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 3774.39 mg;	Wartość energetyczna: 2305.08 kcal; Białko ogółem: 87.22 g; Tłuszcz: 66.62 g; Kw. tł. nasy.: 37.31 g; Węglowodany ogółem: 348.43 g; W tym cukry: 125.51 g; Błonnik pok.: 25.16 g; Sól: 5.31 g; WW: 32.39 Por.; : 15.14 %; : 921.77 %; Ener. z T: 26.01 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 3733.50 mg;	Wartość energetyczna: 1883.41 kcal; Białko ogółem: 63.44 g; Tłuszcz: 44.17 g; Kw. tł. nasy.: 19.44 g; Węglowodany ogółem: 320.00 g; W tym cukry: 123.71 g; Błonnik pok.: 30.05 g; Sól: 5.29 g; WW: 29.12 Por.; : 13.47 %; : 886.32 %; Ener. z T: 21.11 %; Ener. z Bł.: 3.19 %; K: 3757.27 mg;	Wartość energetyczna: 2374.59 kcal; Białko ogółem: 88.39 g; Tłuszcz: 68.39 g; Kw. tł. nasy.: 38.44 g; Węglowodany ogółem: 363.02 g; W tym cukry: 128.19 g; Błonnik pok.: 30.32 g; Sól: 4.17 g; WW: 33.36 Por.; : 14.89 %; : 950.89 %; Ener. z T: 25.92 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 3953.90 mg;	Wartość energetyczna: 2144.71 kcal; Białko ogółem: 70.35 g; Tłuszcz: 76.45 g; Kw. tł. nasy.: 30.88 g; Węglowodany ogółem: 300.30 g; W tym cukry: 110.72 g; Błonnik pok.: 22.23 g; Sól: 4.87 g; WW: 27.83 Por.; : 13.12 %; : 808.49 %; Ener. z T: 32.08 %; Ener. z Bł.: 2.07 %; K: 4028.71 mg;	Wartość energetyczna: 2222.14 kcal; Białko ogółem: 80.46 g; Tłuszcz: 60.65 g; Kw. tł. nasy.: 29.07 g; Węglowodany ogółem: 351.93 g; W tym cukry: 118.33 g; Błonnik pok.: 30.08 g; Sól: 6.02 g; WW: 32.31 Por.; : 14.48 %; : 912.18 %; Ener. z T: 24.56 %; Ener. z Bł.: 2.71 %; K: 3690.69 mg;

Jadłospisy z 26. tygodnia, tj. od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-06-30 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
2024-06-25 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkami surowców wieprzowych pieczony 80 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkami wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkami wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Ogórek świeży 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkami wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Mus z jabłek prażonych 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkami wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkami wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkami wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 80 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkami wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
		II ŚN			Jabłko 1 szt 1 szt					
Oblad	Pieczarkowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 70 g Sos szpinakowy* 50 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 70 g Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos szpinakowy* 50 ml (GLU PSZ.)	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos szpinakowy* 50 ml (GLU PSZ.)	Pieczarkowa z ziemniakami * () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 70 g Sos szpinakowy* 50 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 70 g Dynia duszona z olejem* 150 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos szpinakowy* 50 ml (GLU PSZ.)	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 70 g Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos szpinakowy* 50 ml (GLU PSZ.)	Solferino (bez mleka)*() 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 70 g Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos szpinakowy* 50 ml (GLU PSZ.)	Pieczarkowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z warzywami* 300 g (GLU PSZ, MLE.) Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos szpinakowy* 50 ml (GLU PSZ.)	Solferino (bez glutenu)*() 400 ml (MLE, SEL.) Makaron bezglutenowy 200 g Szynka wieprzowa gotowana 70 g Dynia duszona z olejem* (bez glutenu) 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos szpinakowy (bez glutenu)* 50 ml	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 70 g Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos szpinakowy* 50 ml (GLU PSZ.)

Jadłospisy z 26. tygodnia, tj. od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-06-30 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
2024-06-25 wtorek	<p>PD</p> <p>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>)</p>									
	<p>Kolacja</p> <p>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>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> <p>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>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> <p>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>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> <p>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>) Pomidor 100 g</p> <p>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>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Schab Maryny-wędzonka wieprzowa, wędzona , parzona z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ, MLE. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> <p>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>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> <p>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>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> <p>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>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>									
	<p>PN</p> <p>Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt</p>					<p>Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt</p>				
<p>Wartość energetyczna: 2283.37 kcal; Białko ogółem: 91.99 g; Tłuszcz: 67.00 g; Kw. tł. nasy.: 29.18 g; Węglowodany ogółem: 336.77 g; W tym cukry: 95.83 g; Błonnik pok.: 24.87 g; Sól: 7.92 g; WW: 31.10 Por; : 16.12 %; : 760.14 %; Ener. z T: 26.41 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 3270.07 mg;</p> <p>Wartość energetyczna: 2319.50 kcal; Białko ogółem: 94.38 g; Tłuszcz: 58.83 g; Kw. tł. nasy.: 26.06 g; Węglowodany ogółem: 363.44 g; W tym cukry: 103.37 g; Błonnik pok.: 24.62 g; Sól: 8.12 g; WW: 33.86 Por; : 16.28 %; : 866.03 %; Ener. z T: 22.83 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 3652.97 mg;</p> <p>Wartość energetyczna: 2480.00 kcal; Białko ogółem: 115.81 g; Tłuszcz: 72.74 g; Kw. tł. nasy.: 35.26 g; Węglowodany ogółem: 353.22 g; W tym cukry: 87.31 g; Błonnik pok.: 29.76 g; Sól: 8.24 g; WW: 32.38 Por; : 18.68 %; : 900.86 %; Ener. z T: 26.40 %; Ener. z Bł.: 2.40 %; K: 4048.42 mg;</p> <p>Wartość energetyczna: 1684.46 kcal; Białko ogółem: 77.67 g; Tłuszcz: 47.85 g; Kw. tł. nasy.: 18.67 g; Węglowodany ogółem: 247.34 g; W tym cukry: 50.65 g; Błonnik pok.: 34.69 g; Sól: 7.68 g; WW: 21.17 Por; : 18.44 %; : 671.59 %; Ener. z T: 25.56 %; Ener. z Bł.: 4.12 %; K: 3067.49 mg;</p> <p>Wartość energetyczna: 2362.02 kcal; Białko ogółem: 94.27 g; Tłuszcz: 53.89 g; Kw. tł. nasy.: 25.09 g; Węglowodany ogółem: 385.81 g; W tym cukry: 128.00 g; Błonnik pok.: 16.75 g; Sól: 7.30 g; WW: 36.90 Por; : 15.96 %; : 884.22 %; Ener. z T: 20.53 %; Ener. z Bł.: 1.42 %; K: 3118.45 mg;</p> <p>Wartość energetyczna: 2240.22 kcal; Białko ogółem: 90.14 g; Tłuszcz: 58.83 g; Kw. tł. nasy.: 27.22 g; Węglowodany ogółem: 344.43 g; W tym cukry: 103.00 g; Błonnik pok.: 19.46 g; Sól: 6.60 g; WW: 32.47 Por; : 15.98 %; : 845.74 %; Ener. z T: 23.64 %; Ener. z Bł.: 1.74 %; K: 3502.47 mg;</p> <p>Wartość energetyczna: 2006.73 kcal; Białko ogółem: 80.19 g; Tłuszcz: 50.99 g; Kw. tł. nasy.: 23.23 g; Węglowodany ogółem: 314.03 g; W tym cukry: 89.97 g; Błonnik pok.: 18.88 g; Sól: 5.85 g; WW: 29.48 Por; : 15.98 %; : 901.69 %; Ener. z T: 22.87 %; Ener. z Bł.: 1.88 %; K: 3109.19 mg;</p> <p>Wartość energetyczna: 2349.61 kcal; Białko ogółem: 73.08 g; Tłuszcz: 72.04 g; Kw. tł. nasy.: 41.19 g; Węglowodany ogółem: 359.45 g; W tym cukry: 105.96 g; Błonnik pok.: 27.07 g; Sól: 4.31 g; WW: 33.28 Por; : 12.44 %; : 573.17 %; Ener. z T: 27.59 %; Ener. z Bł.: 2.30 %; K: 3425.52 mg;</p> <p>Wartość energetyczna: 2263.13 kcal; Białko ogółem: 77.73 g; Tłuszcz: 65.69 g; Kw. tł. nasy.: 25.94 g; Węglowodany ogółem: 340.68 g; W tym cukry: 100.64 g; Błonnik pok.: 14.63 g; Sól: 5.79 g; WW: 32.49 Por; : 13.74 %; : 573.17 %; Ener. z T: 26.12 %; Ener. z Bł.: 1.29 %; K: 3110.66 mg;</p> <p>Wartość energetyczna: 2259.66 kcal; Białko ogółem: 94.32 g; Tłuszcz: 52.23 g; Kw. tł. nasy.: 21.68 g; Węglowodany ogółem: 363.38 g; W tym cukry: 103.32 g; Błonnik pok.: 24.62 g; Sól: 8.12 g; WW: 33.86 Por; : 16.70 %; : 866.00 %; Ener. z T: 20.80 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 3650.97 mg;</p>										

Jadłospisy z 26. tygodnia, tj. od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-06-30 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	
2024-06-26 środa	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Sałatka wiosenna 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.)	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Sałatka wiosenna 100 g	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 ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Arbuz 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Arbuz 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Sałatka wiosenna 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 30 g (MLE.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Arbuz 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 25 g Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Arbuz 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.)
		II ŚN		Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.)							

Jadłospisy z 26. tygodnia, tj. od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-06-30 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Vegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskołuszczowa
Obiad	Gryzikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Kotlet mielony drobiowy 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Mizeria 100 g (MLE.) Buraczki oprószone () 100 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Gryzikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 70 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Gryzikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Gryzikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 70 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Mizeria 100 g (MLE.) Buraczki gotowane () 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Gryzikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 70 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 150 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Gryzikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Gryzikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Gryzikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 70 g (JAJ.) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 50 ml (SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Gryzikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)					Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Banan 150 g	
Kolejacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Paszтет z soczewicy * 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Ser mozzarella kulki 25 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona ,parzona z wodą dodaną. 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Ser mozzarella kulki 25 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona ,parzona z wodą dodaną. 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Ser mozzarella kulki 60 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paszтет z soczewicy * 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Ser mozzarella kulki 25 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona ,parzona z wodą dodaną. 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Ser mozzarella kulki 25 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 150 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona ,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Ser mozzarella kulki 25 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona ,parzona 50 g Pomidor 100 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 ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Paszтет z soczewicy * 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Ser mozzarella kulki 25 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 60 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona ,parzona z wodą dodaną. 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt					Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				

Jadłospisy z 26. tygodnia, tj. od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-06-30 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- Niskołuszczowa
2024-06-26 środa	Wartość energetyczna: 2260.86 kcal; Białko ogółem: 86.05 g; Tłuszcz: 84.46 g; Kw. tł. nasy.: 34.65 g; Węglowodany ogółem: 298.16 g; W tym cukry: 65.67 g; Błonnik pok.: 26.40 g; Sól: 6.60 g; WW: 27.16 Por; : 15.22 %; : 819.24 %; Ener. z T: 33.62 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 3670.47 mg;	Wartość energetyczna: 2137.94 kcal; Białko ogółem: 93.17 g; Tłuszcz: 59.57 g; Kw. tł. nasy.: 32.23 g; Węglowodany ogółem: 316.40 g; W tym cukry: 92.90 g; Błonnik pok.: 23.74 g; Sól: 7.82 g; WW: 29.22 Por; : 17.43 %; : 1086.88 %; Ener. z T: 25.08 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 3891.56 mg;	Wartość energetyczna: 2383.23 kcal; Białko ogółem: 109.00 g; Tłuszcz: 74.73 g; Kw. tł. nasy.: 38.98 g; Węglowodany ogółem: 331.07 g; W tym cukry: 93.86 g; Błonnik pok.: 30.26 g; Sól: 9.60 g; WW: 30.06 Por; : 18.29 %; : 1128.10 %; Ener. z T: 28.22 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 4231.72 mg;	Wartość energetyczna: 1794.49 kcal; Białko ogółem: 79.22 g; Tłuszcz: 62.03 g; Kw. tł. nasy.: 27.56 g; Węglowodany ogółem: 243.39 g; W tym cukry: 34.77 g; Błonnik pok.: 32.63 g; Sól: 5.79 g; WW: 21.04 Por; : 17.66 %; : 834.18 %; Ener. z T: 31.11 %; Ener. z Bł.: 3.64 %; K: 3893.37 mg;	Wartość energetyczna: 2171.22 kcal; Białko ogółem: 88.46 g; Tłuszcz: 52.70 g; Kw. tł. nasy.: 27.32 g; Węglowodany ogółem: 346.20 g; W tym cukry: 114.95 g; Błonnik pok.: 22.53 g; Sól: 6.67 g; WW: 32.39 Por; : 16.30 %; : 1007.70 %; Ener. z T: 21.85 %; Ener. z Bł.: 2.07 %; K: 3923.24 mg;	Wartość energetyczna: 2077.55 kcal; Białko ogółem: 90.42 g; Tłuszcz: 58.72 g; Kw. tł. nasy.: 32.02 g; Węglowodany ogółem: 303.54 g; W tym cukry: 92.26 g; Błonnik pok.: 18.58 g; Sól: 7.08 g; WW: 28.44 Por; : 17.41 %; : 1066.59 %; Ener. z T: 25.44 %; Ener. z Bł.: 1.79 %; K: 3741.06 mg;	Wartość energetyczna: 1841.60 kcal; Białko ogółem: 70.91 g; Tłuszcz: 44.53 g; Kw. tł. nasy.: 22.46 g; Węglowodany ogółem: 295.55 g; W tym cukry: 67.73 g; Błonnik pok.: 18.58 g; Sól: 6.61 g; WW: 27.58 Por; : 15.40 %; : 928.45 %; Ener. z T: 21.76 %; Ener. z Bł.: 2.02 %; K: 3154.99 mg;	Wartość energetyczna: 2594.77 kcal; Białko ogółem: 87.64 g; Tłuszcz: 98.37 g; Kw. tł. nasy.: 39.64 g; Węglowodany ogółem: 352.42 g; W tym cukry: 72.91 g; Błonnik pok.: 31.34 g; Sól: 6.31 g; WW: 32.03 Por; : 13.51 %; : 1076.90 %; Ener. z T: 34.12 %; Ener. z Bł.: 2.42 %; K: 4130.03 mg;	Wartość energetyczna: 1986.78 kcal; Białko ogółem: 67.06 g; Tłuszcz: 62.21 g; Kw. tł. nasy.: 27.10 g; Węglowodany ogółem: 292.57 g; W tym cukry: 85.47 g; Błonnik pok.: 15.46 g; Sól: 4.13 g; WW: 27.64 Por; : 13.50 %; : 898.42 %; Ener. z T: 28.18 %; Ener. z Bł.: 1.56 %; K: 3615.45 mg;	Wartość energetyczna: 1963.24 kcal; Białko ogółem: 78.87 g; Tłuszcz: 40.73 g; Kw. tł. nasy.: 20.30 g; Węglowodany ogółem: 331.41 g; W tym cukry: 107.63 g; Błonnik pok.: 26.29 g; Sól: 7.06 g; WW: 30.50 Por; : 16.07 %; : 1101.09 %; Ener. z T: 18.67 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 3986.56 mg;

Jadłospisy z 26. tygodnia, tj. od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-06-30 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
2024-06-27 czwartek Śniadanie	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z twarogu ze szcypiorkiem 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (SOJ.)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (SOJ.)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g (MLE.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (SOJ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu ze szcypiorkiem 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Zacierka na mleku 200 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g (MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL.)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona , parzona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z twarogu ze szcypiorkiem 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt

Jadłospisy z 26. tygodnia, tj. od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-06-30 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- Niskołuszczowa
2024-06-27 czwartek	II ŚN									
	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szyńka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (SOJ.)</p>									
	<p>Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT.) Gołąbek siekany z mięsa wp 250 g (JAJ.) Sos pomidorowy 70 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Sałata zielona z jogurtem 50 g (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 400 g (SEL.) Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ.) Sałata zielona z jogurtem 50 g (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 440 g (SEL.) Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ.) Sałata zielona z jogurtem 50 g (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana * () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto (br.) z mięsem wieprzowym i warzywami () 400 g (SEL.) Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Sałata zielona z jogurtem 50 g (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 400 g (SEL.) Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 400 g (SEL.) Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ.) Sałata zielona z jogurtem 50 g (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 400 g (SEL.) Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT.) Risotto wegetariańskie* 350 g (SEL.) Sos pomidorowy (bez glutenu) 50 ml (GLU PSZ.) Sałata zielona z jogurtem 50 g (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana *(bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 400 g (SEL.) Sos pomidorowy (bez glutenu) 50 ml Sałata zielona z jogurtem 50 g (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami (). 400 g (SEL.) Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ.) Sałata zielona z jogurtem 50 g (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml</p>
PD	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml		Chleb miesany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml					

Jadłospisy z 26. tygodnia, tj. od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-06-30 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	
2024-06-27 czwartek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Konszerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa z olejem - podstawa () 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Konszerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Konszerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa z olejem - podstawa () 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Konszerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa z olejem - podstawa () 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Schab Maryny-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa, wędzona 50 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa, wędzona 50 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Konszerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Konszerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	
	PN	Mus jabłkowo-truskawkowy 200 g 1 szt					Mus jabłkowo-truskawkowy 200 g 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mus jabłkowo-truskawkowy 200 g 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2201.98 kcal; Białko ogółem: 87.37 g; Tłuszcz: 80.21 g; Kw. tł. nasy.: 30.07 g; Węglowodany ogółem: 296.85 g; W tym cukry: 97.91 g; Błonnik pok.: 27.50 g; Sól: 7.92 g; WW: 27.06 Por; : 15.87 %; : 700.11 %; Ener. z T: 32.78 %; Ener. z Bł.: 2.50 %; K: 3432.62 mg;	Wartość energetyczna: 2430.11 kcal; Białko ogółem: 88.42 g; Tłuszcz: 73.07 g; Kw. tł. nasy.: 27.78 g; Węglowodany ogółem: 370.63 g; W tym cukry: 96.54 g; Błonnik pok.: 28.79 g; Sól: 6.90 g; WW: 34.34 Por; : 14.55 %; : 804.13 %; Ener. z T: 27.06 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 3469.18 mg;	Wartość energetyczna: 2671.62 kcal; Białko ogółem: 110.69 g; Tłuszcz: 86.29 g; Kw. tł. nasy.: 33.13 g; Węglowodany ogółem: 383.51 g; W tym cukry: 76.13 g; Błonnik pok.: 35.52 g; Sól: 8.94 g; WW: 34.97 Por; : 16.57 %; : 812.16 %; Ener. z T: 29.07 %; Ener. z Bł.: 2.66 %; K: 3782.26 mg;	Wartość energetyczna: 2055.97 kcal; Białko ogółem: 83.89 g; Tłuszcz: 77.06 g; Kw. tł. nasy.: 24.25 g; Węglowodany ogółem: 278.52 g; W tym cukry: 49.67 g; Błonnik pok.: 40.40 g; Sól: 7.02 g; WW: 23.88 Por; : 16.32 %; : 712.15 %; Ener. z T: 33.73 %; Ener. z Bł.: 3.93 %; K: 3686.15 mg;	Wartość energetyczna: 2494.67 kcal; Białko ogółem: 93.44 g; Tłuszcz: 83.83 g; Kw. tł. nasy.: 28.97 g; Węglowodany ogółem: 353.63 g; W tym cukry: 69.62 g; Błonnik pok.: 25.37 g; Sól: 6.71 g; WW: 32.86 Por; : 14.98 %; : 902.21 %; Ener. z T: 30.24 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 3998.56 mg;	Wartość energetyczna: 2336.73 kcal; Białko ogółem: 83.34 g; Tłuszcz: 68.84 g; Kw. tł. nasy.: 26.16 g; Węglowodany ogółem: 358.34 g; W tym cukry: 114.14 g; Błonnik pok.: 21.53 g; Sól: 5.12 g; WW: 33.83 Por; : 14.27 %; : 958.64 %; Ener. z T: 26.51 %; Ener. z Bł.: 1.84 %; K: 3467.68 mg;	Wartość energetyczna: 2294.43 kcal; Białko ogółem: 77.30 g; Tłuszcz: 72.10 g; Kw. tł. nasy.: 23.10 g; Węglowodany ogółem: 345.08 g; W tym cukry: 104.83 g; Błonnik pok.: 21.34 g; Sól: 4.86 g; WW: 32.47 Por; : 13.48 %; : 1019.54 %; Ener. z T: 28.28 %; Ener. z Bł.: 1.86 %; K: 3783.43 mg;	Wartość energetyczna: 2154.76 kcal; Białko ogółem: 62.94 g; Tłuszcz: 58.53 g; Kw. tł. nasy.: 23.55 g; Węglowodany ogółem: 359.01 g; W tym cukry: 117.88 g; Błonnik pok.: 27.90 g; Sól: 4.23 g; WW: 33.28 Por; : 11.68 %; : 989.44 %; Ener. z T: 24.45 %; Ener. z Bł.: 2.59 %; K: 3268.07 mg;	Wartość energetyczna: 2386.32 kcal; Białko ogółem: 69.60 g; Tłuszcz: 74.58 g; Kw. tł. nasy.: 24.44 g; Węglowodany ogółem: 375.29 g; W tym cukry: 111.94 g; Błonnik pok.: 18.52 g; Sól: 3.91 g; WW: 35.01 Por; : 11.67 %; : 823.51 %; Ener. z T: 28.13 %; Ener. z Bł.: 1.55 %; K: 3281.82 mg;	Wartość energetyczna: 2258.86 kcal; Białko ogółem: 83.73 g; Tłuszcz: 53.45 g; Kw. tł. nasy.: 20.07 g; Węglowodany ogółem: 375.74 g; W tym cukry: 114.47 g; Błonnik pok.: 26.69 g; Sól: 5.85 g; WW: 35.06 Por; : 14.83 %; : 978.90 %; Ener. z T: 21.29 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 3616.18 mg;

Jadłospisy z 26. tygodnia, tj. od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-06-30 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	
2024-06-28 piątek	Sniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 60 g (MLE.) Arbuz 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 60 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Arbuz 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twarożek 60 g (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 60 g (SOJ.) Arbuz 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.) Twarożek 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Dżem 60 g Jabłko pieczone 150 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twarożek 60 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Arbuz 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Dżem 25 g 1 szt Arbuz 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twarożek 60 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Dżem 25 g 1 szt Arbuz 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 30 g (MLE.)	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twarożek 60 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Arbuz 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 25 g Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Twarożek 60 g (MLE.) Arbuz 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.)
II ŚN				Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.)							

Jadłospisy z 26. tygodnia, tj. od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-06-30 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
Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Ryba smażona (Dorsz) 70 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 70 g (RYB.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 100 g (RYB.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 100 g Ryba pieczona (Dorsz) 70 g (RYB.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Miruna) 70 g (RYB.) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 70 g (RYB.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem * (bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 70 g (RYB.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Kotlety sojowe 100 g (SOJ.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem * (bez glutenu) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 70 g (RYB.) Szpinak gotowany z olejem (bez glutenu)* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 70 g (RYB.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml
PD	Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g	Budyń o smaku czekoladowym z/c 150 ml (MLE.)	Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g				Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g			Chrupki kukurydziane 20 g
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona ,parzona z wodą dodaną. 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona ,parzona z wodą dodaną. 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.)	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona ,parzona z wodą dodaną. 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona ,parzona z wodą dodaną. 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.)	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona ,parzona z wodą dodaną. 20 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Marchew gotowana z olejem () 80 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona ,parzona z wodą dodaną. 20 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona ,parzona 20 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona ,parzona 30 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona ,parzona z wodą dodaną. 80 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g
PN	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.)				Serek twarogowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.)	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapieniem i witaminami 125g 1 szt (SOJ.)	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.)			

2024-06-28 piątek

Jadłospisy z 26. tygodnia, tj. od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-06-30 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
2024-06-28, piątek	Wartość energetyczna: 2215.99 kcal; Białko ogółem: 83.21 g; Tłuszcz: 74.40 g; Kw. tł. nasy.: 32.56 g; Węglowodany ogółem: 319.96 g; W tym cukry: 103.38 g; Błonnik pok.: 34.31 g; Sól: 7.53 g; WW: 28.63 Por.; : 15.02 %; : 1039.71 %; Ener. z T: 30.22 %; Ener. z Bł.: 3.10 %; K: 4156.15 mg;	Wartość energetyczna: 2187.81 kcal; Białko ogółem: 89.67 g; Tłuszcz: 66.44 g; Kw. tł. nasy.: 31.82 g; Węglowodany ogółem: 323.42 g; W tym cukry: 98.71 g; Błonnik pok.: 30.71 g; Sól: 7.30 g; WW: 29.38 Por.; : 16.40 %; : 1065.24 %; Ener. z T: 27.33 %; Ener. z Bł.: 2.81 %; K: 4162.49 mg;	Wartość energetyczna: 2419.01 kcal; Białko ogółem: 120.44 g; Tłuszcz: 75.35 g; Kw. tł. nasy.: 36.04 g; Węglowodany ogółem: 328.78 g; W tym cukry: 92.54 g; Błonnik pok.: 29.77 g; Sól: 10.30 g; WW: 29.99 Por.; : 19.92 %; : 1041.79 %; Ener. z T: 28.03 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 4310.07 mg;	Wartość energetyczna: 1448.19 kcal; Białko ogółem: 73.37 g; Tłuszcz: 52.68 g; Kw. tł. nasy.: 24.05 g; Węglowodany ogółem: 187.20 g; W tym cukry: 29.79 g; Błonnik pok.: 34.71 g; Sól: 6.75 g; WW: 15.30 Por.; : 20.27 %; : 623.72 %; Ener. z T: 32.74 %; Ener. z Bł.: 4.79 %; K: 3349.66 mg;	Wartość energetyczna: 2070.89 kcal; Białko ogółem: 77.88 g; Tłuszcz: 57.28 g; Kw. tł. nasy.: 25.91 g; Węglowodany ogółem: 322.60 g; W tym cukry: 102.44 g; Błonnik pok.: 25.14 g; Sól: 6.49 g; WW: 29.76 Por.; : 15.04 %; : 903.76 %; Ener. z T: 24.89 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 3174.74 mg;	Wartość energetyczna: 2130.47 kcal; Białko ogółem: 88.74 g; Tłuszcz: 65.66 g; Kw. tł. nasy.: 31.58 g; Węglowodany ogółem: 309.45 g; W tym cukry: 98.26 g; Błonnik pok.: 25.55 g; Sól: 6.55 g; WW: 28.47 Por.; : 16.66 %; : 1044.95 %; Ener. z T: 27.74 %; Ener. z Bł.: 2.40 %; K: 4011.99 mg;	Wartość energetyczna: 1918.18 kcal; Białko ogółem: 78.57 g; Tłuszcz: 54.93 g; Kw. tł. nasy.: 23.42 g; Węglowodany ogółem: 329.99 g; W tym cukry: 93.04 g; Błonnik pok.: 23.73 g; Sól: 6.44 g; WW: 26.59 Por.; : 16.38 %; : 917.62 %; Ener. z T: 25.77 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 3492.69 mg;	Wartość energetyczna: 2275.85 kcal; Białko ogółem: 92.92 g; Tłuszcz: 70.42 g; Kw. tł. nasy.: 36.89 g; Węglowodany ogółem: 329.99 g; W tym cukry: 97.53 g; Błonnik pok.: 37.05 g; Sól: 6.01 g; WW: 29.41 Por.; : 16.33 %; : 1059.15 %; Ener. z T: 27.85 %; Ener. z Bł.: 3.26 %; K: 3732.13 mg;	Wartość energetyczna: 2199.41 kcal; Białko ogółem: 71.22 g; Tłuszcz: 73.32 g; Kw. tł. nasy.: 31.15 g; Węglowodany ogółem: 319.62 g; W tym cukry: 96.64 g; Błonnik pok.: 21.07 g; Sól: 4.00 g; WW: 29.93 Por.; : 12.95 %; : 919.54 %; Ener. z T: 30.00 %; Ener. z Bł.: 1.92 %; K: 3731.75 mg;	Wartość energetyczna: 2055.18 kcal; Białko ogółem: 92.92 g; Tłuszcz: 51.31 g; Kw. tł. nasy.: 25.21 g; Węglowodany ogółem: 318.34 g; W tym cukry: 87.68 g; Błonnik pok.: 25.69 g; Sól: 8.29 g; WW: 29.42 Por.; : 18.08 %; : 974.79 %; Ener. z Bł.: 2.50 %; K: 3669.83 mg;
2024-06-29, sobota	Śniadanie Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 80 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 80 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 80 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Pasta z twarogu z dżemem truskawkowym 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenno 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 80 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Pasta warzywna* 80 g (<u>SEL.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Hummus 60 g (<u>SEZ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 80 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 80 g (<u>SOJ.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
II ŚN				Arbuz 150 g						

Jadłospisy z 26. tygodnia, tj. od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-06-30 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	
2024-06-29 sobota	Obiad	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza gryczana 200 g Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150 g (GLU PSZ.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Sałatka szwedzka () 100 g (GOR.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL., SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Gulasz wieprzowidyeta 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL., SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Gulasz wieprzowidyeta 200 g (GLU PSZ.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Sałatka szwedzka b/c () 100 g (GOR.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza gryczana 100 g Gulasz wieprzowidyeta 150 g (GLU PSZ.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Sałatka szwedzka b/c () 100 g (GOR.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL., SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Gulasz wieprzowidyeta 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL., SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Gulasz wieprzowidyeta 150 g (GLU PSZ.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml (SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Gulasz wieprzowidyeta 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Pierogi z serem i śmiet na sldko* 200 g (GLU PSZ, MLE.) Jabłko 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL., SEL.) Ryż na sypko 200 g Gulasz wieprzowidyeta (bez glutenu) 150 g Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL., SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Gulasz wieprzowidyeta 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.)		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)				

Jadłospisy z 26. tygodnia, tj. od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-06-30 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- Nisko tłuszczowa	
2024-06-29 sobota	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Konszerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Konszerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Konszerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Twarożek 60 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Konszerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL.)	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Konszerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL.)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Konszerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Pomidor 100 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 ZYT.) Margaryna roślinna 80% tł 14 g (MLE.) Serek homo. naturalny 60 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Konszerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Konszerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt					Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		
	Wartość energetyczna: 2329.70 kcal; Białko ogółem: 92.48 g; Tłuszcz: 80.95 g; Kw. tł. nasy.: 28.32 g; Węglowodany ogółem: 322.23 g; W tym cukry: 84.12 g; Błonnik pok.: 29.64 g; Sól: 11.96 g; WW: 29.26 Por; : 15.88 %; : 725.62 %; Ener. z T: 31.27 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 3574.31 mg;	Wartość energetyczna: 2239.11 kcal; Białko ogółem: 90.17 g; Tłuszcz: 67.73 g; Kw. tł. nasy.: 28.70 g; Węglowodany ogółem: 331.73 g; W tym cukry: 96.78 g; Błonnik pok.: 28.83 g; Sól: 10.16 g; WW: 30.33 Por; : 16.11 %; : 913.33 %; Ener. z T: 27.22 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 4105.85 mg;	Wartość energetyczna: 2568.35 kcal; Białko ogółem: 118.75 g; Tłuszcz: 87.00 g; Kw. tł. nasy.: 38.19 g; Węglowodany ogółem: 346.31 g; W tym cukry: 81.21 g; Błonnik pok.: 38.43 g; Sól: 10.60 g; WW: 30.90 Por; : 18.49 %; : 921.66 %; Ener. z T: 30.49 %; Ener. z Bł.: 2.99 %; K: 4448.61 mg;	Wartość energetyczna: 1948.02 kcal; Białko ogółem: 88.71 g; Tłuszcz: 70.63 g; Kw. tł. nasy.: 25.05 g; Węglowodany ogółem: 257.99 g; W tym cukry: 44.96 g; Błonnik pok.: 35.85 g; Sól: 11.12 g; WW: 22.21 Por; : 18.22 %; : 885.52 %; Ener. z T: 32.63 %; Ener. z Bł.: 3.68 %; K: 3902.79 mg;	Wartość energetyczna: 2368.24 kcal; Białko ogółem: 93.32 g; Tłuszcz: 75.52 g; Kw. tł. nasy.: 30.49 g; Węglowodany ogółem: 342.74 g; W tym cukry: 80.17 g; Błonnik pok.: 28.51 g; Sól: 7.82 g; WW: 31.45 Por; : 15.76 %; : 867.41 %; Ener. z T: 28.70 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 3834.99 mg;	Wartość energetyczna: 2237.76 kcal; Białko ogółem: 88.96 g; Tłuszcz: 65.38 g; Kw. tł. nasy.: 26.25 g; Węglowodany ogółem: 332.90 g; W tym cukry: 118.03 g; Błonnik pok.: 26.63 g; Sól: 6.58 g; WW: 30.68 Por; : 15.90 %; : 842.69 %; Ener. z T: 26.29 %; Ener. z Bł.: 2.38 %; K: 3711.73 mg;	Wartość energetyczna: 2031.84 kcal; Białko ogółem: 79.33 g; Tłuszcz: 50.01 g; Kw. tł. nasy.: 21.71 g; Węglowodany ogółem: 325.51 g; W tym cukry: 101.76 g; Błonnik pok.: 26.97 g; Sól: 4.64 g; WW: 29.90 Por; : 15.62 %; : 760.07 %; Ener. z T: 22.15 %; Ener. z Bł.: 2.65 %; K: 3445.58 mg;	Wartość energetyczna: 2331.93 kcal; Białko ogółem: 83.28 g; Tłuszcz: 69.17 g; Kw. tł. nasy.: 22.74 g; Węglowodany ogółem: 350.16 g; W tym cukry: 95.22 g; Błonnik pok.: 27.50 g; Sól: 6.31 g; WW: 32.23 Por; : 14.28 %; : 759.47 %; Ener. z T: 26.69 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 2745.14 mg;	Wartość energetyczna: 2199.36 kcal; Białko ogółem: 70.59 g; Tłuszcz: 72.14 g; Kw. tł. nasy.: 26.30 g; Węglowodany ogółem: 323.61 g; W tym cukry: 86.65 g; Błonnik pok.: 17.87 g; Sól: 7.69 g; WW: 30.59 Por; : 12.84 %; : 714.52 %; Ener. z T: 29.52 %; Ener. z Bł.: 1.63 %; K: 3461.85 mg;	Wartość energetyczna: 2179.27 kcal; Białko ogółem: 90.11 g; Tłuszcz: 61.13 g; Kw. tł. nasy.: 24.32 g; Węglowodany ogółem: 331.68 g; W tym cukry: 96.73 g; Błonnik pok.: 28.83 g; Sól: 10.16 g; WW: 30.33 Por; : 16.54 %; : 913.30 %; Ener. z T: 25.24 %; Ener. z Bł.: 2.65 %; K: 4103.85 mg;	

Jadłospisy z 26. tygodnia, tj. od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-06-30 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
2024-06-30 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona ,parzona z wodą dodaną. 80 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona ,parzona z wodą dodaną. 80 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Pomidor 100 g Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona ,parzona z wodą dodaną. 80 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Ser żółty 30 g (MLE.) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona ,parzona z wodą dodaną. 80 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	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 ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona ,parzona z wodą dodaną. 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Mus z jabłek () z/c 150 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona ,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Dżem 60 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona ,parzona z wodą dodaną. 80 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Jabłko 150 g
		II ŚN			Jabłko 150 g					
2024-06-30 niedziela	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem *podstawa 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Kotlety sojowe 100 g (SOJ.) Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem (bez glutenu)* 400 ml (SEL.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 100 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	

Jadłospisy z 26. tygodnia, tj. od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-06-30 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
2024-06-30 niedziela	PD	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.)	Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.)	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.)		Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.)		Chleb razowy żytnio-pszeniczny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.)	Chleb bezglutenowy 25 g Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.)	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE.) Ogórek świeży 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE.) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	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.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL.)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Dżem 40 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
PN	Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)					Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)		
	Wartość energetyczna: 2313.63 kcal; Białko ogółem: 116.77 g; Tłuszcz: 87.64 g; Kw. tł. nasy.: 38.21 g; Węglowodany ogółem: 273.50 g; W tym cukry: 80.65 g; Błonnik pok.: 24.88 g; Sól: 8.64 g; WW: 24.92 Por; : 20.19 %; : 739.45 %; Ener. z T: 34.09 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 3762.63 mg;	Wartość energetyczna: 2366.05 kcal; Białko ogółem: 123.77 g; Tłuszcz: 83.53 g; Kw. tł. nasy.: 37.94 g; Węglowodany ogółem: 288.36 g; W tym cukry: 78.57 g; Błonnik pok.: 23.34 g; Sól: 8.38 g; WW: 26.59 Por; : 20.92 %; : 782.93 %; Ener. z T: 31.77 %; Ener. z Bł.: 1.97 %; K: 4065.68 mg;	Wartość energetyczna: 2579.91 kcal; Białko ogółem: 130.90 g; Tłuszcz: 100.40 g; Kw. tł. nasy.: 46.15 g; Węglowodany ogółem: 300.42 g; W tym cukry: 78.64 g; Błonnik pok.: 30.05 g; Sól: 10.25 g; WW: 27.16 Por; : 20.30 %; : 798.82 %; Ener. z T: 35.02 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 4229.77 mg;	Wartość energetyczna: 1788.05 kcal; Białko ogółem: 103.19 g; Tłuszcz: 70.08 g; Kw. tł. nasy.: 27.64 g; Węglowodany ogółem: 200.16 g; W tym cukry: 46.48 g; Błonnik pok.: 30.26 g; Sól: 7.64 g; WW: 17.00 Por; : 23.08 %; : 686.85 %; Ener. z T: 35.28 %; Ener. z Bł.: 3.38 %; K: 3330.30 mg;	Wartość energetyczna: 2381.76 kcal; Białko ogółem: 119.18 g; Tłuszcz: 79.68 g; Kw. tł. nasy.: 34.70 g; Węglowodany ogółem: 309.18 g; W tym cukry: 72.95 g; Błonnik pok.: 23.95 g; Sól: 7.36 g; WW: 28.48 Por; : 20.02 %; : 722.19 %; Ener. z T: 30.11 %; Ener. z Bł.: 2.01 %; K: 3770.66 mg;	Wartość energetyczna: 2284.67 kcal; Białko ogółem: 117.20 g; Tłuszcz: 82.14 g; Kw. tł. nasy.: 37.52 g; Węglowodany ogółem: 275.31 g; W tym cukry: 77.93 g; Błonnik pok.: 18.18 g; Sól: 7.01 g; WW: 25.79 Por; : 20.52 %; : 762.64 %; Ener. z T: 32.36 %; Ener. z Bł.: 1.59 %; K: 3915.18 mg;	Wartość energetyczna: 2132.44 kcal; Białko ogółem: 89.82 g; Tłuszcz: 68.38 g; Kw. tł. nasy.: 29.94 g; Węglowodany ogółem: 300.25 g; W tym cukry: 124.12 g; Błonnik pok.: 21.02 g; Sól: 4.78 g; WW: 27.90 Por; : 16.85 %; : 897.74 %; Ener. z T: 28.86 %; Ener. z Bł.: 1.97 %; K: 4124.21 mg;	Wartość energetyczna: 2238.14 kcal; Białko ogółem: 83.09 g; Tłuszcz: 63.93 g; Kw. tł. nasy.: 29.43 g; Węglowodany ogółem: 339.92 g; W tym cukry: 120.86 g; Błonnik pok.: 35.40 g; Sól: 4.39 g; WW: 30.56 Por; : 14.85 %; : 993.52 %; Ener. z T: 25.71 %; Ener. z Bł.: 3.16 %; K: 3148.48 mg;	Wartość energetyczna: 2134.52 kcal; Białko ogółem: 93.42 g; Tłuszcz: 80.56 g; Kw. tł. nasy.: 31.72 g; Węglowodany ogółem: 262.02 g; W tym cukry: 70.50 g; Błonnik pok.: 16.99 g; Sól: 3.39 g; WW: 24.49 Por; : 17.51 %; : 619.03 %; Ener. z T: 33.97 %; Ener. z Bł.: 1.59 %; K: 3473.28 mg;	Wartość energetyczna: 2109.97 kcal; Białko ogółem: 108.74 g; Tłuszcz: 62.82 g; Kw. tł. nasy.: 28.27 g; Węglowodany ogółem: 288.83 g; W tym cukry: 87.42 g; Błonnik pok.: 26.89 g; Sól: 8.23 g; WW: 26.25 Por; : 20.61 %; : 904.35 %; Ener. z T: 26.80 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 4075.66 mg;

Jadłospisy z 26. tygodnia, tj. od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-06-30 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzycza bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	
2024-06-24 poniedziałek	Śniadanie	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Banan 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Banan 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 80 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 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 ZYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 80 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	II ŚN			Jabłko 150 g		
	Obiad	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Pierogi leniwe z masłem () 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Pierogi leniwe z masłem () 250 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Pierogi leniwe z masłem () 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml
PD	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (<u>MLE.</u>)	Chrupki kukurydziane 25 g	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (<u>MLE.</u>)		

Jadłospisy z 26. tygodnia, tj. od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-06-30 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR-Ubogopurynowa	STAR-Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR-Bogatoresztkowa
2024-06-24 poniedziałek	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb razowy pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pasta z twarogu z koperkiem 30 g (MLE,) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 80 g (SEL,) Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb razowy pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Połudwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 80 g (SOJ, MLE,) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Połudwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 80 g (SOJ, MLE,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb razowy pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE,)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE,)	
	Wartość energetyczna: 2028.70 kcal; Białko ogółem: 59.03 g; Tłuszcz: 57.38 g; Kw. tł. nasy.: 27.18 g; Węglowodany ogółem: 331.89 g; W tym cukry: 114.60 g; Błonnik pok.: 29.14 g; Sól: 4.67 g; WW: 30.32 Por; : 11.64 %; : 819.42 %; Ener. z T: 25.46 %; Ener. z Bł.: 2.87 %; K: 3329.70 mg;	Wartość energetyczna: 1899.43 kcal; Białko ogółem: 51.74 g; Tłuszcz: 47.68 g; Kw. tł. nasy.: 23.61 g; Węglowodany ogółem: 329.23 g; W tym cukry: 104.26 g; Błonnik pok.: 29.87 g; Sól: 4.33 g; WW: 30.04 Por; : 10.90 %; : 870.86 %; Ener. z T: 22.59 %; Ener. z Bł.: 3.15 %; K: 3444.66 mg;	Wartość energetyczna: 1823.87 kcal; Białko ogółem: 62.76 g; Tłuszcz: 54.21 g; Kw. tł. nasy.: 23.26 g; Węglowodany ogółem: 282.64 g; W tym cukry: 122.19 g; Błonnik pok.: 27.81 g; Sól: 7.50 g; WW: 25.67 Por; : 13.76 %; : 837.70 %; Ener. z T: 26.75 %; Ener. z Bł.: 3.05 %; K: 3671.27 mg;	Wartość energetyczna: 1627.64 kcal; Białko ogółem: 60.83 g; Tłuszcz: 48.15 g; Kw. tł. nasy.: 19.06 g; Węglowodany ogółem: 253.84 g; W tym cukry: 80.72 g; Błonnik pok.: 38.49 g; Sól: 8.04 g; WW: 21.68 Por; : 14.95 %; : 787.94 %; Ener. z T: 26.63 %; Ener. z Bł.: 4.73 %; K: 3428.73 mg;	Wartość energetyczna: 2303.68 kcal; Białko ogółem: 84.20 g; Tłuszcz: 78.05 g; Kw. tł. nasy.: 40.52 g; Węglowodany ogółem: 328.48 g; W tym cukry: 110.49 g; Błonnik pok.: 29.01 g; Sól: 6.26 g; WW: 30.01 Por; : 14.62 %; : 782.21 %; Ener. z T: 30.49 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 3562.49 mg;

Jadłospisy z 26. tygodnia, tj. od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-06-30 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa
2024-06-25 wtorek	Śniadanie	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 25 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Sałata zielona 20 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 25 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Ogórek świeży 100 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 ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
		II ŚN		Jabłko 1 szt 1 szt	
2024-06-25 wtorek	Obiad	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z warzywami* 300 g (GLU PSZ, MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Solferino (bez mleka)* () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 70 g Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos szpinakowy* 50 ml (GLU PSZ.)	Pieczarkowa z ziemniakami (bez mleka)* () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 70 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Sos szpinakowy* 50 ml (GLU PSZ.)	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 70 g Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos szpinakowy* 50 ml (GLU PSZ.)

Jadłospisy z 26. tygodnia, tj. od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-06-30 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa
PD	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>)				
Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Miód 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU 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>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU 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>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt				
	Wartość energetyczna: 1702.32 kcal; Białko ogółem: 52.07 g; Tłuszcz: 36.24 g; Kw. tł. nasy.: 18.00 g; Węglowodany ogółem: 302.33 g; W tym cukry: 81.56 g; Błonnik pok.: 19.15 g; Sól: 4.12 g; WW: 28.35 Por; : 12.24 %; : 545.91 %; Ener. z T: 19.16 %; Ener. z Bł.: 2.25 %; K: 2022.87 mg;	Wartość energetyczna: 1861.05 kcal; Białko ogółem: 43.65 g; Tłuszcz: 34.06 g; Kw. tł. nasy.: 16.54 g; Węglowodany ogółem: 356.76 g; W tym cukry: 87.90 g; Błonnik pok.: 21.11 g; Sól: 4.17 g; WW: 33.62 Por; : 9.38 %; : 704.89 %; Ener. z T: 16.47 %; Ener. z Bł.: 2.27 %; K: 2470.90 mg;	Wartość energetyczna: 1933.74 kcal; Białko ogółem: 78.89 g; Tłuszcz: 51.21 g; Kw. tł. nasy.: 22.71 g; Węglowodany ogółem: 296.96 g; W tym cukry: 89.49 g; Błonnik pok.: 18.16 g; Sól: 7.02 g; WW: 27.81 Por; : 16.32 %; : 692.64 %; Ener. z T: 23.84 %; Ener. z Bł.: 1.88 %; K: 3064.39 mg;	Wartość energetyczna: 1622.59 kcal; Białko ogółem: 72.69 g; Tłuszcz: 46.93 g; Kw. tł. nasy.: 18.59 g; Węglowodany ogółem: 240.35 g; W tym cukry: 47.97 g; Błonnik pok.: 34.88 g; Sól: 6.94 g; WW: 20.47 Por; : 17.92 %; : 642.56 %; Ener. z T: 26.03 %; Ener. z Bł.: 4.30 %; K: 2965.57 mg;	Wartość energetyczna: 2319.50 kcal; Białko ogółem: 94.38 g; Tłuszcz: 58.83 g; Kw. tł. nasy.: 26.06 g; Węglowodany ogółem: 363.44 g; W tym cukry: 103.37 g; Błonnik pok.: 24.62 g; Sól: 8.12 g; WW: 33.86 Por; : 16.28 %; : 866.03 %; Ener. z T: 22.83 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 3652.97 mg;

Jadłospisy z 26. tygodnia, tj. od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-06-30 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa
2024-06-26 środa Śniadanie	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twaróg półtusty 30 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Arbuz 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtusty 30 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Arbuz 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g Arbuz 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g Sałata zielona 20 g Arbuz 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtusty 80 g (MLE.) Arbuz 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadanej 30 g (SOJ.)
II ŚN				Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g	

Jadłospisy z 26. tygodnia, tj. od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-06-30 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzycza bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa
2024-06-26 środa	Obiad				
	Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	PD				
	Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)				
	Kolacja				
	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona ,parzona z wodą dodaną. 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona ,parzona z wodą dodaną. 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paszтет z soczewicy * 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Pomidor 100 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 ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona ,parzona z wodą dodaną. 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN				
	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				

Jadłospisy z 26. tygodnia, tj. od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-06-30 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa
2024-06-26 środa	Wartość energetyczna: 1695.62 kcal; Białko ogółem: 46.07 g; Tłuszcz: 31.89 g; Kw. tł. nasy.: 16.55 g; Węglowodany ogółem: 315.76 g; W tym cukry: 83.86 g; Błonnik pok.: 22.62 g; Sól: 4.83 g; WW: 29.29 Por; : 10.87 %; : 896.37 %; Ener. z T: 16.92 %; Ener. z Bł.: 2.67 %; K: 2812.63 mg;	Wartość energetyczna: 1771.76 kcal; Białko ogółem: 46.71 g; Tłuszcz: 38.65 g; Kw. tł. nasy.: 20.97 g; Węglowodany ogółem: 319.49 g; W tym cukry: 86.68 g; Błonnik pok.: 23.54 g; Sól: 4.86 g; WW: 29.57 Por; : 10.55 %; : 951.82 %; Ener. z T: 19.63 %; Ener. z Bł.: 2.66 %; K: 3084.62 mg;	Wartość energetyczna: 1806.62 kcal; Białko ogółem: 67.48 g; Tłuszcz: 44.06 g; Kw. tł. nasy.: 22.36 g; Węglowodany ogółem: 291.45 g; W tym cukry: 85.23 g; Błonnik pok.: 17.86 g; Sól: 6.23 g; WW: 27.29 Por; : 14.94 %; : 904.11 %; Ener. z T: 21.95 %; Ener. z Bł.: 1.98 %; K: 3110.36 mg;	Wartość energetyczna: 1981.01 kcal; Białko ogółem: 74.98 g; Tłuszcz: 62.51 g; Kw. tł. nasy.: 20.21 g; Węglowodany ogółem: 294.15 g; W tym cukry: 48.18 g; Błonnik pok.: 35.68 g; Sól: 7.99 g; WW: 25.76 Por; : 15.14 %; : 945.82 %; Ener. z T: 28.40 %; Ener. z Bł.: 3.60 %; K: 3830.25 mg;	Wartość energetyczna: 2104.92 kcal; Białko ogółem: 84.89 g; Tłuszcz: 54.17 g; Kw. tł. nasy.: 27.25 g; Węglowodany ogółem: 328.63 g; W tym cukry: 86.23 g; Błonnik pok.: 23.74 g; Sól: 7.21 g; WW: 30.46 Por; : 16.13 %; : 1024.33 %; Ener. z T: 23.16 %; Ener. z Bł.: 2.26 %; K: 3591.56 mg;

Jadłospisy z 26. tygodnia, tj. od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-06-30 KUCHNIA STARACHOWICE

STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa
<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.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 30 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt</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.) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona ,parzona 80 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona ,parzona 80 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>	<p>Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (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.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt</p>	

2024-06-27 czwartek
Śniadanie

Jadłospisy z 26. tygodnia, tj. od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-06-30 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa
2024-06-27 czwartek	II ŚN				Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (SOJ.)	
	Obiad	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto wegetariańskie*. 300 g (SEL.) Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ.) Sałata zielona z jogurtem 50 g (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Risotto wegetariańskie*. 300 g (SEL.) Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 400 g (SEL.) Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Risotto (br.) z mięsem wieprzowym i warzywami () 400 g (SEL.) Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 400 g (SEL.) Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ.) Sałata zielona z jogurtem 50 g (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	PD		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml

Jadłospisy z 26. tygodnia, tj. od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-06-30 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa
2024-06-27 czwartek	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 25 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 25 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem - podstawa () 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>)
	PN	Mus jabłkowo-truskawkowy 200 g 1 szt		Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt		Mus jabłkowo-truskawko wy 200 g 1 szt
		Wartość energetyczna: 1863.64 kcal; Białko ogółem: 41.78 g; Tłuszcz: 42.25 g; Kw. tł. nasy.: 16.05 g; Węglowodany ogółem: 343.78 g; W tym cukry: 108.58 g; Błonnik pok.: 25.93 g; Sól: 4.30 g; WW: 31.86 Por.: 8.97 %; : 848.27 %; Ener. z T: 20.40 %; Ener. z Bł.: 2.78 %; K: 2996.16 mg;	Wartość energetyczna: 1933.59 kcal; Białko ogółem: 42.89 g; Tłuszcz: 47.59 g; Kw. tł. nasy.: 14.19 g; Węglowodany ogółem: 348.80 g; W tym cukry: 112.89 g; Błonnik pok.: 27.89 g; Sól: 4.67 g; WW: 32.09 Por.: 8.87 %; : 960.08 %; Ener. z T: 22.15 %; Ener. z Bł.: 2.88 %; K: 3536.31 mg;	Wartość energetyczna: 2385.21 kcal; Białko ogółem: 81.67 g; Tłuszcz: 73.45 g; Kw. tł. nasy.: 23.13 g; Węglowodany ogółem: 362.30 g; W tym cukry: 105.79 g; Błonnik pok.: 26.50 g; Sól: 6.04 g; WW: 33.66 Por.: 13.70 %; : 1039.83 %; Ener. z T: 27.71 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 3933.93 mg;	Wartość energetyczna: 2140.65 kcal; Białko ogółem: 81.84 g; Tłuszcz: 77.72 g; Kw. tł. nasy.: 22.10 g; Węglowodany ogółem: 298.83 g; W tym cukry: 50.62 g; Błonnik pok.: 40.58 g; Sól: 7.14 g; WW: 25.87 Por.; : 15.29 %; : 778.50 %; Ener. z T: 32.67 %; Ener. z Bł.: 3.79 %; K: 4095.91 mg;	Wartość energetyczna: 2390.70 kcal; Białko ogółem: 83.78 g; Tłuszcz: 68.05 g; Kw. tł. nasy.: 24.99 g; Węglowodany ogółem: 375.80 g; W tym cukry: 114.51 g; Błonnik pok.: 26.69 g; Sól: 5.85 g; WW: 35.07 Por.: 14.02 %; : 978.93 %; Ener. z T: 25.62 %; Ener. z Bł.: 2.23 %; K: 3618.18 mg;

Jadłospisy z 26. tygodnia, tj. od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-06-30 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	
2024-06-28 piątek	Śniadanie	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek 60 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Arbuz 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 80 g (SOJ.) 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 ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 60 g (SOJ.) Arbuz 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (SOJ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 80 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twarożek 60 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Arbuz 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.)
		II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.)	

Jadłospisy z 26. tygodnia, tj. od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-06-30 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa
Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pyzy ziemniaczane* 250 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem * (bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 70 g (RYB.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem * (bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 100 g Ryba pieczona (Dorsz) 70 g (RYB.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 70 g (RYB.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	
PD	Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g		Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 200 g	Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g	
2024-06-28 piątek Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka piastowska-wędzon ka wieprzowa,wędzona ,parzona z wodą dodaną. 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka na kartki- wieprzowa,wędzona ,parzona 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Szynka na kartki- wieprzowa,wędzona ,parzona 30 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g Szynka piastowska-wędzon ka wieprzowa,wędzona ,parzona z wodą dodaną. 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.)
PN	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.)	Wafle ryżowe 30 g	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (SOJ.)	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.)	

Jadłospisy z 26. tygodnia, tj. od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-06-30 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoreszkowa
2024-06-28, piątek	Wartość energetyczna: 1909.24 kcal; Białko ogółem: 54.16 g; Tłuszcz: 49.45 g; Kw. tł. nasy.: 22.56 g; Węglowodany ogółem: 321.59 g; W tym cukry: 79.40 g; Błonnik pok.: 23.21 g; Sól: 6.00 g; WW: 29.92 Por; : 11.35 %; : 676.33 %; Ener. z T: 23.31 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 1987.34 mg;	Wartość energetyczna: 2125.64 kcal; Białko ogółem: 54.75 g; Tłuszcz: 45.05 g; Kw. tł. nasy.: 19.13 g; Węglowodany ogółem: 386.67 g; W tym cukry: 102.82 g; Błonnik pok.: 27.06 g; Sól: 7.10 g; WW: 36.09 Por; : 10.30 %; : 826.48 %; Ener. z T: 19.07 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 2520.05 mg;	Wartość energetyczna: 1977.95 kcal; Białko ogółem: 76.95 g; Tłuszcz: 55.77 g; Kw. tł. nasy.: 23.56 g; Węglowodany ogółem: 306.11 g; W tym cukry: 93.11 g; Błonnik pok.: 28.89 g; Sól: 7.15 g; WW: 27.79 Por; : 15.56 %; : 937.91 %; Ener. z T: 25.38 %; Ener. z Bł.: 2.92 %; K: 3643.19 mg;	Wartość energetyczna: 1486.64 kcal; Białko ogółem: 70.48 g; Tłuszcz: 48.76 g; Kw. tł. nasy.: 19.09 g; Węglowodany ogółem: 209.97 g; W tym cukry: 44.72 g; Błonnik pok.: 38.95 g; Sól: 7.03 g; WW: 17.11 Por; : 18.96 %; : 694.43 %; Ener. z T: 29.52 %; Ener. z Bł.: 5.24 %; K: 3580.29 mg;	Wartość energetyczna: 2179.59 kcal; Białko ogółem: 89.70 g; Tłuszcz: 66.47 g; Kw. tł. nasy.: 31.85 g; Węglowodany ogółem: 321.34 g; W tym cukry: 95.71 g; Błonnik pok.: 30.86 g; Sól: 7.30 g; WW: 29.16 Por; : 16.46 %; : 1062.24 %; Ener. z T: 27.45 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 4162.43 mg;
2024-06-29 sobota	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>) Pasta warzywna* 60 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	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>) Pasta warzywna* 60 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Śniadanie Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 80 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Śniadanie Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 80 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	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% 14 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 80 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u>) Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml
II ŚN				Arbuz 150 g	

Jadłospisy z 26. tygodnia, tj. od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-06-30 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa
2024-06-29 sobota	Obiad	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU</u> <u>JECZ.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* () 400 ml (<u>SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () * 400 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>SEL.</u>) Kasza gryczana 100 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
PD		Biskopki b/m 30 g (<u>GLU PSZ. JAJ. SOJ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</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>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	

Jadłospisy z 26. tygodnia, tj. od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-06-30 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa
2024-06-29 sobota	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 25 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna 80% tł 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g
	PN	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt			
		Wartość energetyczna: 2103.22 kcal; Białko ogółem: 70.28 g; Tłuszcz: 49.17 g; Kw. tł. nasy.: 18.54 g; Węglowodany ogółem: 357.04 g; W tym cukry: 115.13 g; Błonnik pok.: 32.49 g; Sól: 4.75 g; WW: 32.51 Por.: 13.37 %; : 778.57 %; Ener. z T: 21.04 %; Ener. z Bł.: 3.09 %; K: 3465.52 mg;	Wartość energetyczna: 1970.13 kcal; Białko ogółem: 67.81 g; Tłuszcz: 47.41 g; Kw. tł. nasy.: 17.09 g; Węglowodany ogółem: 333.97 g; W tym cukry: 85.69 g; Błonnik pok.: 31.15 g; Sól: 6.62 g; WW: 30.28 Por.: : 13.77 %; : 828.40 %; Ener. z T: 21.66 %; Ener. z Bł.: 3.16 %; K: 3784.95 mg;	Wartość energetyczna: 1930.56 kcal; Białko ogółem: 82.80 g; Tłuszcz: 51.31 g; Kw. tł. nasy.: 17.74 g; Węglowodany ogółem: 296.94 g; W tym cukry: 82.24 g; Błonnik pok.: 22.95 g; Sól: 9.04 g; WW: 27.36 Por.: : 17.16 %; : 735.77 %; Ener. z T: 23.92 %; Ener. z Bł.: 2.38 %; K: 3399.55 mg;	Wartość energetyczna: 1950.31 kcal; Białko ogółem: 93.56 g; Tłuszcz: 65.29 g; Kw. tł. nasy.: 21.65 g; Węglowodany ogółem: 266.80 g; W tym cukry: 49.24 g; Błonnik pok.: 37.00 g; Sól: 10.64 g; WW: 22.90 Por.: : 19.19 %; : 891.88 %; Ener. z T: 30.13 %; Ener. z Bł.: 3.79 %; K: 4045.94 mg;	Wartość energetyczna: 2199.21 kcal; Białko ogółem: 90.17 g; Tłuszcz: 67.73 g; Kw. tł. nasy.: 28.70 g; Węglowodany ogółem: 321.75 g; W tym cukry: 86.80 g; Błonnik pok.: 28.83 g; Sól: 10.16 g; WW: 29.33 Por.: : 16.40 %; : 903.33 %; Ener. z T: 27.72 %; Ener. z Bł.: 2.62 %; K: 4105.65 mg;

Jadłospisy z 26. tygodnia, tj. od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-06-30 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa
2024-06-30 niedziela	Śniadanie	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona ,parzona 80 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona ,parzona 80 g Pomidor 100 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 rodzinna-wędzodka wieprzowa,wędzona ,parzona z wodą dodaną. 80 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Pomidor 100 g Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)
		II ŚN		Jabłko 150 g	
	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Pyzy ziemniaczane* 250 g Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 100 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml

Jadłospisy z 26. tygodnia, tj. od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-06-30 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa
2024-06-30 niedziela	PD Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.)				
	Kolacja Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 30 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 30 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Dżem 40 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) 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.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g
	PN Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt		Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	
	Wartość energetyczna: 1818.06 kcal; Białko ogółem: 49.75 g; Tłuszcz: 39.46 g; Kw. tł. nasy.: 18.20 g; Węglowodany ogółem: 323.03 g; W tym cukry: 89.10 g; Błonnik pok.: 22.93 g; Sól: 6.29 g; WW: 30.00 Por; : 10.95 %; : 577.30 %; Ener. z T: 19.54 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 1914.11 mg;	Wartość energetyczna: 1925.46 kcal; Białko ogółem: 55.57 g; Tłuszcz: 42.63 g; Kw. tł. nasy.: 20.03 g; Węglowodany ogółem: 337.11 g; W tym cukry: 98.89 g; Błonnik pok.: 23.97 g; Sól: 6.45 g; WW: 31.33 Por; : 11.54 %; : 687.80 %; Ener. z T: 19.93 %; Ener. z Bł.: 2.49 %; K: 2354.54 mg;	Wartość energetyczna: 2094.28 kcal; Białko ogółem: 92.45 g; Tłuszcz: 68.86 g; Kw. tł. nasy.: 30.25 g; Węglowodany ogółem: 287.09 g; W tym cukry: 124.29 g; Błonnik pok.: 22.31 g; Sól: 4.64 g; WW: 26.45 Por; : 17.66 %; : 879.77 %; Ener. z T: 29.59 %; Ener. z Bł.: 2.13 %; K: 4143.56 mg;	Wartość energetyczna: 1737.88 kcal; Białko ogółem: 94.91 g; Tłuszcz: 70.37 g; Kw. tł. nasy.: 28.25 g; Węglowodany ogółem: 195.63 g; W tym cukry: 47.06 g; Błonnik pok.: 29.67 g; Sól: 6.52 g; WW: 16.59 Por; : 21.84 %; : 613.25 %; Ener. z T: 36.44 %; Ener. z Bł.: 3.41 %; K: 3400.19 mg;	Wartość energetyczna: 2354.30 kcal; Białko ogółem: 123.12 g; Tłuszcz: 83.58 g; Kw. tł. nasy.: 37.94 g; Węglowodany ogółem: 286.74 g; W tym cukry: 78.67 g; Błonnik pok.: 24.99 g; Sól: 8.43 g; WW: 26.26 Por; : 20.92 %; : 781.38 %; Ener. z T: 31.95 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 4107.43 mg;

Oznaczenia alergenów:

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

Oznaczenia wskaźników odż.:

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