

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-05 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Vegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Ubogopurynowa	
2024-04-29 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, parzony w osłonce niejadalnej 80 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Mandarynka 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, parzony w osłonce niejadalnej 80 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Mandarynka 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, parzony w 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, parzony w osłonce niejadalnej 80 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Pomidor 100 g Mandarynka 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (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 Mandarynka 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 Twarożek 60 g (MLE.) Pomidor 100 g Mandarynka 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 80 g (SOJ.) Pomidor 100 g Mandarynka 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) 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.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 80 g (SOJ.) Pomidor 100 g Jabłko 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% 10 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 25 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g
		II ŚN			Mandarynka 150 g						
2024-04-29 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 () 300 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 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 () 200 g Kompot owocowy* b/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 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 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% tł 1 Por (MLE.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	Sok przecierowy Kubaś 0,3L 1 szt	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)				

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-05 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Vegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Ubogopurynowa	
2024-04-29 poniedziałek	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.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pasta z twarogu z koperkiem 40 g (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-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pasta z twarogu z koperkiem 40 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Sopocka wieprzowa, wędzona na parzone z dodatkiem wody. 60 g (SOJ, MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pasta z twarogu z koperkiem 40 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Ogórek świeży 80 g Szprot w sosie pomidorowym 40 g (RYB, SEL.)	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 Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	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-pszenny 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	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.) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	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
		PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoszwinia 100g (tubka) 1 szt	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)				

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-05 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Vegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Nisko tłuszczowa	STAR- Ubogopurynowa
2024-04-29 poniedziałek	Wartość energetyczna: 2278.73 kcal; Białko ogółem: 79.15 g; Tłuszcz: 78.53 g; Kw. tł. nasy.: 41.03 g; Węglowodany ogółem: 325.52 g; W tym cukry: 107.49 g; Błonnik pok.: 30.44 g; Sól: 6.35 g; WW: 29.46 Por; : 13.89 %; : 844.54 %; Ener. z T: 31.02 %; Ener. z Bł.: 2.67 %; K: 3263.16 mg;	Wartość energetyczna: 2296.18 kcal; Białko ogółem: 84.50 g; Tłuszcz: 77.75 g; Kw. tł. nasy.: 40.50 g; Węglowodany ogółem: 327.13 g; W tym cukry: 109.74 g; Błonnik pok.: 28.87 g; Sól: 6.25 g; WW: 29.87 Por; : 14.72 %; : 783.41 %; Ener. z T: 30.47 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 3644.99 mg;	Wartość energetyczna: 2506.45 kcal; Białko ogółem: 103.19 g; Tłuszcz: 81.60 g; Kw. tł. nasy.: 43.45 g; Węglowodany ogółem: 355.22 g; W tym cukry: 45.36 g; Błonnik pok.: 36.38 g; Sól: 7.45 g; WW: 31.96 Por; : 16.47 %; : 817.41 %; Ener. z T: 29.30 %; Ener. z Bł.: 2.90 %; K: 4063.00 mg;	Wartość energetyczna: 1900.78 kcal; Białko ogółem: 73.97 g; Tłuszcz: 73.12 g; Kw. tł. nasy.: 33.90 g; Węglowodany ogółem: 256.23 g; W tym cukry: 45.36 g; Błonnik pok.: 38.00 g; Sól: 7.38 g; WW: 21.78 Por; : 15.57 %; : 949.10 %; Ener. z T: 34.62 %; Ener. z Bł.: 4.00 %; K: 4255.13 mg;	Wartość energetyczna: 2222.59 kcal; Białko ogółem: 85.52 g; Tłuszcz: 66.34 g; Kw. tł. nasy.: 37.23 g; Węglowodany ogółem: 329.50 g; W tym cukry: 111.03 g; Błonnik pok.: 25.47 g; Sól: 3.72 g; WW: 30.40 Por; : 15.39 %; : 911.12 %; Ener. z T: 26.86 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 3424.50 mg;	Wartość energetyczna: 1880.21 kcal; Białko ogółem: 63.85 g; Tłuszcz: 44.06 g; Kw. tł. nasy.: 19.31 g; Węglowodany ogółem: 320.25 g; W tym cukry: 107.83 g; Błonnik pok.: 31.75 g; Sól: 5.29 g; WW: 28.94 Por; : 13.58 %; : 914.64 %; Ener. z T: 21.09 %; Ener. z Bł.: 3.38 %; K: 3834.67 mg;	Wartość energetyczna: 2296.59 kcal; Białko ogółem: 87.79 g; Tłuszcz: 68.24 g; Kw. tł. nasy.: 38.31 g; Węglowodany ogółem: 344.57 g; W tym cukry: 113.19 g; Błonnik pok.: 30.63 g; Sól: 4.17 g; WW: 31.42 Por; : 15.29 %; : 940.24 %; Ener. z T: 26.74 %; Ener. z Bł.: 2.67 %; K: 3644.90 mg;	Wartość energetyczna: 2141.51 kcal; Białko ogółem: 70.76 g; Tłuszcz: 76.34 g; Kw. tł. nasy.: 30.74 g; Węglowodany ogółem: 300.55 g; W tym cukry: 94.84 g; Błonnik pok.: 23.93 g; Sól: 4.87 g; WW: 27.65 Por; : 13.22 %; : 836.81 %; Ener. z T: 32.08 %; Ener. z Bł.: 2.23 %; K: 4106.11 mg;	Wartość energetyczna: 2151.64 kcal; Białko ogółem: 79.56 g; Tłuszcz: 60.80 g; Kw. tł. nasy.: 28.96 g; Węglowodany ogółem: 334.83 g; W tym cukry: 104.08 g; Błonnik pok.: 30.53 g; Sól: 6.03 g; WW: 30.51 Por; : 14.79 %; : 900.33 %; Ener. z T: 25.43 %; Ener. z Bł.: 2.84 %; K: 3299.19 mg;	Wartość energetyczna: 1958.20 kcal; Białko ogółem: 58.13 g; Tłuszcz: 57.53 g; Kw. tł. nasy.: 27.07 g; Węglowodany ogółem: 314.79 g; W tym cukry: 100.35 g; Błonnik pok.: 29.59 g; Sól: 4.68 g; WW: 28.52 Por; : 11.87 %; : 807.57 %; Ener. z T: 26.44 %; Ener. z Bł.: 3.02 %; K: 2938.20 mg;

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-05 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Ubogopurynowa
2024-04-30 wtorek Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (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,) 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 dodatkiem średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,) Ogórek kiszony 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-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,) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem 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-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,) Ser żółty 60 g (MLE,) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 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 dodatkiem średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,) Ogórek kiszony 100 g	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 dodatkiem średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 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 80 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 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	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (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,) Serek Fromage 60 g (GLU PSZ, MLE,) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml 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 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-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem 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	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 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
II ŚN				Gruszka 1szt. 150 g						

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-05 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Ubogopurynowa
2024-04-30 wtorek	Obiad	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 () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos szpinakowy* 50 ml (GLU PSZ.) Cateringowa z/c 250 ml	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 Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos szpinakowy* 50 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g 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.)	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z warzywami* 300 g (GLU PSZ, MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
		Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.)							Chleb bezglutenowy 25 g Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.)
PD										

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-05 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Ubogopurynowa
2024-04-30 wtorek	Kolacja	Chleb mieszaný 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.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Konszerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Twaróg półtłusty 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	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 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.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Pomidor 100 g 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.) 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.) 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.) Twaróżek 60 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt									
		Wartość energetyczna: 2251.55 kcal; Białko ogółem: 91.19 g; Tłuszcz: 67.73 g; Kw. tł. nasy.: 29.18 g; Węglowodany ogółem: 329.77 g; W tym cukry: 91.37 g; Błonnik pok.: 24.85 g; Sól: 9.67 g; WW: 30.43 Por; : 16.20 %; : 686.54 %; Ener. z T: 27.07 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 3083.16 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;	Wartość energetyczna: 2592.86 kcal; Białko ogółem: 123.73 g; Tłuszcz: 81.65 g; Kw. tł. nasy.: 41.20 g; Węglowodany ogółem: 354.21 g; W tym cukry: 46.49 g; Błonnik pok.: 29.76 g; Sól: 8.86 g; WW: 32.48 Por; : 19.09 %; : 900.86 %; Ener. z T: 28.34 %; Ener. z Bł.: 2.30 %; K: 4048.42 mg;	Wartość energetyczna: 1664.65 kcal; Białko ogółem: 77.17 g; Tłuszcz: 48.27 g; Kw. tł. nasy.: 18.67 g; Węglowodany ogółem: 243.79 g; W tym cukry: 46.49 g; Błonnik pok.: 34.82 g; Sól: 9.43 g; WW: 20.81 Por; : 18.54 %; : 603.84 %; Ener. z T: 26.10 %; Ener. z Bł.: 4.18 %; K: 2856.57 mg;	Wartość energetyczna: 2232.19 kcal; Białko ogółem: 91.27 g; Tłuszcz: 57.42 g; Kw. tł. nasy.: 26.37 g; Węglowodany ogółem: 344.67 g; W tym cukry: 102.73 g; Błonnik pok.: 19.46 g; Sól: 6.15 g; WW: 32.52 Por; : 16.36 %; : 845.74 %; Ener. z T: 23.15 %; Ener. z Bł.: 1.74 %; K: 3502.47 mg;	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 %; : 725.48 %; Ener. z T: 22.87 %; Ener. z Bł.: 1.88 %; K: 3109.19 mg;	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 %; : 901.69 %; Ener. z T: 27.59 %; Ener. z Bł.: 2.30 %; K: 3425.52 mg;	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;	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;	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;

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-05 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Ubogopurynowa	
2024-05-01 środa	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Mandarynka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.)	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Mandarynka 150 g Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Mandarynka 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 ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wę 80 g dz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wę 80 g dz.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 ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Mandarynka 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 ŻYT.) 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.) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 25 g Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Dżem 30 g
		II ŚN		Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.)							

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-05 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Vegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Ubogopurynowa	
2024-05-01 środa	Obiad	Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Kotlet mielony drobiowy 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki 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, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki 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, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki 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, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki 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, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki 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	Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki 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, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
		PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)				Biszkoty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Banan 150 g	Biszkoty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	
2024-05-01 środa	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.) 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.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 60 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.) Ser mozzarella kulki 25 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 60 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.) Ser mozzarella kulki 25 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% 14 g (MLE.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.) 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 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.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 60 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.) 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.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-05 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Vegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Ubogopurynowa
PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt									
2024-05-01 środa	Wartość energetyczna: 2405.21 kcal; Białko ogółem: 85.64 g; Tłuszcz: 90.82 g; Kw. tł. nasy.: 34.19 g; Węglowodany ogółem: 323.74 g; W tym cukry: 84.46 g; Błonnik pok.: 26.54 g; Sól: 8.97 g; WW: 29.77 Por; : 14.24 %; : 868.93 %; Ener. z T: 33.99 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 3780.88 mg;	Wartość energetyczna: 2195.09 kcal; Białko ogółem: 91.03 g; Tłuszcz: 60.74 g; Kw. tł. nasy.: 32.77 g; Węglowodany ogółem: 334.32 g; W tym cukry: 99.77 g; Błonnik pok.: 25.53 g; Sól: 7.20 g; WW: 30.90 Por; : 16.59 %; : 980.65 %; Ener. z T: 24.90 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 4088.96 mg;	Wartość energetyczna: 2440.38 kcal; Białko ogółem: 106.85 g; Tłuszcz: 75.89 g; Kw. tł. nasy.: 39.52 g; Węglowodany ogółem: 349.00 g; W tym cukry: 100.73 g; Błonnik pok.: 32.05 g; Sól: 8.98 g; WW: 31.74 Por; : 17.51 %; : 1021.87 %; Ener. z T: 27.99 %; Ener. z Bł.: 2.63 %; K: 4429.12 mg;	Wartość energetyczna: 1947.68 kcal; Białko ogółem: 78.92 g; Tłuszcz: 68.43 g; Kw. tł. nasy.: 27.11 g; Węglowodany ogółem: 270.80 g; W tym cukry: 52.35 g; Błonnik pok.: 32.34 g; Sól: 8.17 g; WW: 23.88 Por; : 16.21 %; : 870.94 %; Ener. z T: 31.62 %; Ener. z Bł.: 3.32 %; K: 3922.30 mg;	Wartość energetyczna: 2129.15 kcal; Białko ogółem: 88.90 g; Tłuszcz: 59.67 g; Kw. tł. nasy.: 32.47 g; Węglowodany ogółem: 320.07 g; W tym cukry: 98.38 g; Błonnik pok.: 20.23 g; Sól: 6.56 g; WW: 29.98 Por; : 16.70 %; : 961.56 %; Ener. z T: 25.22 %; Ener. z Bł.: 1.90 %; K: 4020.96 mg;	Wartość energetyczna: 1910.46 kcal; Białko ogółem: 70.72 g; Tłuszcz: 46.21 g; Kw. tł. nasy.: 22.56 g; Węglowodany ogółem: 313.23 g; W tym cukry: 74.60 g; Błonnik pok.: 20.37 g; Sól: 6.63 g; WW: 29.25 Por; : 14.81 %; : 822.22 %; Ener. z T: 21.77 %; Ener. z Bł.: 2.13 %; K: 3352.39 mg;	Wartość energetyczna: 2769.91 kcal; Białko ogółem: 88.40 g; Tłuszcz: 103.19 g; Kw. tł. nasy.: 38.24 g; Węglowodany ogółem: 388.78 g; W tym cukry: 97.84 g; Błonnik pok.: 33.37 g; Sól: 8.75 g; WW: 35.55 Por; : 12.77 %; : 1121.11 %; Ener. z T: 33.53 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 4447.26 mg;	Wartość energetyczna: 2055.64 kcal; Białko ogółem: 66.87 g; Tłuszcz: 63.89 g; Kw. tł. nasy.: 27.20 g; Węglowodany ogółem: 310.25 g; W tym cukry: 92.34 g; Błonnik pok.: 17.25 g; Sól: 4.15 g; WW: 29.31 Por; : 13.01 %; : 792.19 %; Ener. z T: 27.97 %; Ener. z Bł.: 1.68 %; K: 3812.85 mg;	Wartość energetyczna: 2013.32 kcal; Białko ogółem: 76.72 g; Tłuszcz: 41.05 g; Kw. tł. nasy.: 20.90 g; Węglowodany ogółem: 349.30 g; W tym cukry: 114.50 g; Błonnik pok.: 28.08 g; Sól: 6.43 g; WW: 32.16 Por; : 15.24 %; : 994.86 %; Ener. z T: 18.35 %; Ener. z Bł.: 2.79 %; K: 4183.96 mg;	Wartość energetyczna: 1763.99 kcal; Białko ogółem: 45.02 g; Tłuszcz: 33.28 g; Kw. tł. nasy.: 16.83 g; Węglowodany ogółem: 334.38 g; W tym cukry: 92.33 g; Błonnik pok.: 24.65 g; Sól: 4.59 g; WW: 30.97 Por; : 10.21 %; : 819.27 %; Ener. z T: 16.98 %; Ener. z Bł.: 2.79 %; K: 3028.93 mg;

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-05 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Vegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Ubogopurynowa
2024-05-02 czwartek Śniadanie	<p>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 szczypiorkiem 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.)</p>	<p>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.)</p>	<p>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 80 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.)</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>	<p>Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) 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</p>	<p>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</p>	<p>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 Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt</p>	<p>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</p>	<p>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 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>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 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>

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-05 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Vegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Ubogopurynowa
II ŚN	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (SOJ.)									
2024-05-02 czwartek Obiad	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Gołąbek siekany z mięsa wp 250 g (JAJ.) Sos pomidorowy 70 ml (GLUPSZ.) Surówka z selera i jabłka z olejem () 200 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 400 g (SEL.) Sos pomidorowy 50 ml (GLUPSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Risotto (br.) z mięsem wieprzowym i warzywami () 440 g (SEL.) Sos pomidorowy 50 ml (GLUPSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Risotto (br.) z mięsem wieprzowym i warzywami () 400 g (SEL.) Sos pomidorowy 50 ml (GLUPSZ.) Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 200 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 400 g (SEL.) Sos pomidorowy 50 ml (GLUPSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 400 g (SEL.) Sos pomidorowy 50 ml (GLUPSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Risotto vegetariańskie* 350 g (SEL.) Sos pomidorowy 50 ml (GLUPSZ.) Surówka z selera i jabłka z olejem () 200 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 400 g (SEL.) Sos pomidorowy 50 ml (GLUPSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami (). 400 g (SEL.) Sos pomidorowy 50 ml (GLUPSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Risotto vegetariańskie*. 300 g (SEL.) Sos pomidorowy 50 ml (GLUPSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
PD	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml		Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) 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 18. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-05 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Ubogopurynowa
2024-05-02 czwartek	Kolacja	Chleb mieszaný pszenno-żytny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Konsерwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Konsерwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Konsерwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 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 Konsерwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/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.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtłusty 60 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.) Szynka Konsерwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Konsерwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Konsерwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 25 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
		PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)				Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzo skwinia 100g (tubka) 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)		
	Wartość energetyczna: 2118.53 kcal; Białko ogółem: 87.62 g; Tłuszcz: 72.00 g; Kw. tł. nasy.: 29.52 g; Węglowodany ogółem: 296.02 g; W tym cukry: 93.90 g; Błonnik pok.: 34.92 g; Sól: 7.91 g; WW: 26.32 Por; : 16.54 %; : 696.90 %; Ener. z T: 30.59 %; Ener. z Bł.: 3.30 %; K: 3728.16 mg;	Wartość energetyczna: 2403.80 kcal; Białko ogółem: 88.93 g; Tłuszcz: 78.28 g; Kw. tł. nasy.: 27.85 g; Węglowodany ogółem: 348.23 g; W tym cukry: 91.05 g; Błonnik pok.: 26.46 g; Sól: 7.09 g; WW: 32.30 Por; : 14.80 %; : 891.93 %; Ener. z T: 29.31 %; Ener. z Bł.: 2.20 %; K: 3798.22 mg;	Wartość energetyczna: 2645.30 kcal; Białko ogółem: 111.20 g; Tłuszcz: 91.49 g; Kw. tł. nasy.: 33.20 g; Węglowodany ogółem: 361.11 g; W tym cukry: 70.63 g; Błonnik pok.: 33.19 g; Sól: 9.13 g; WW: 32.93 Por; : 16.82 %; : 899.96 %; Ener. z T: 31.13 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 4111.29 mg;	Wartość energetyczna: 1956.56 kcal; Białko ogółem: 84.14 g; Tłuszcz: 68.85 g; Kw. tł. nasy.: 23.70 g; Węglowodany ogółem: 273.69 g; W tym cukry: 41.66 g; Błonnik pok.: 47.82 g; Sól: 7.00 g; WW: 22.74 Por; : 17.20 %; : 659.79 %; Ener. z T: 31.67 %; Ener. z Bł.: 4.89 %; K: 3981.61 mg;	Wartość energetyczna: 2302.39 kcal; Białko ogółem: 84.99 g; Tłuszcz: 72.63 g; Kw. tł. nasy.: 25.38 g; Węglowodany ogółem: 336.18 g; W tym cukry: 108.38 g; Błonnik pok.: 19.20 g; Sól: 4.86 g; WW: 31.84 Por; : 14.77 %; : 1046.45 %; Ener. z T: 28.39 %; Ener. z Bł.: 1.67 %; K: 3796.72 mg;	Wartość energetyczna: 2184.85 kcal; Białko ogółem: 76.31 g; Tłuszcz: 67.04 g; Kw. tł. nasy.: 22.73 g; Węglowodany ogółem: 328.93 g; W tym cukry: 104.52 g; Błonnik pok.: 19.05 g; Sól: 4.66 g; WW: 31.10 Por; : 13.97 %; : 991.65 %; Ener. z T: 27.61 %; Ener. z Bł.: 1.74 %; K: 3557.22 mg;	Wartość energetyczna: 2138.41 kcal; Białko ogółem: 64.76 g; Tłuszcz: 55.46 g; Kw. tł. nasy.: 23.33 g; Węglowodany ogółem: 362.33 g; W tym cukry: 116.85 g; Błonnik pok.: 36.61 g; Sól: 4.47 g; WW: 32.80 Por; : 12.11 %; : 1056.16 %; Ener. z T: 23.34 %; Ener. z Bł.: 3.42 %; K: 3888.60 mg;	Wartość energetyczna: 2360.01 kcal; Białko ogółem: 70.12 g; Tłuszcz: 79.79 g; Kw. tł. nasy.: 24.51 g; Węglowodany ogółem: 344.89 g; W tym cukry: 106.45 g; Błonnik pok.: 16.19 g; Sól: 4.10 g; WW: 32.97 Por; : 11.88 %; : 911.32 %; Ener. z T: 30.43 %; Ener. z Bł.: 1.37 %; K: 3610.86 mg;	Wartość energetyczna: 2232.55 kcal; Białko ogółem: 84.24 g; Tłuszcz: 58.65 g; Kw. tł. nasy.: 20.14 g; Węglowodany ogółem: 353.34 g; W tym cukry: 108.97 g; Błonnik pok.: 24.36 g; Sól: 6.04 g; WW: 33.02 Por; : 15.09 %; : 1066.70 %; Ener. z T: 23.64 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 3945.22 mg;	Wartość energetyczna: 1820.83 kcal; Białko ogółem: 41.52 g; Tłuszcz: 47.29 g; Kw. tł. nasy.: 16.08 g; Węglowodany ogółem: 317.81 g; W tym cukry: 100.65 g; Błonnik pok.: 22.56 g; Sól: 4.47 g; WW: 29.55 Por; : 9.12 %; : 883.61 %; Ener. z T: 23.37 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 3080.26 mg;

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-05 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Vegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Ubogopurynowa
2024-05-03 piątek Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, 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,) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 60 g (MLE,) Mandarynka 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzo wa 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-pszenny 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 Jabłko 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,) Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 30 g (SOJ,)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, 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,) Ser żółty 60 g (MLE,) Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 60 g (SOJ,) Jabłko 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,) Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 30 g (SOJ,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 30 g (SOJ,) Twarożek 60 g (MLE,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	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 Jabłko 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 kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Dżem 25 g 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt 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 kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	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,) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Mandarynka 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 Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 25 g Masło extra 82% 5 g (MLE,) Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzo wa 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-pszenny 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,) Jabłko 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,) Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 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,) Dżem 25 g 1 szt Jabłko pieczone 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,)

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-05 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Vegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Ubogopurynowa
2024-05-03 piątek	II ŚN									
	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.)									
	Dyniowa z makaronem* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Ryba smażona (Dorsz) 70 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 70 g (RYB.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 100 g (RYB.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki 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	Dyniowa z makaronem* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 70 g (RYB.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 70 g (RYB.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Kotlety sojowe 100 g (SOJ.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez glutenu)* 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki 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	Dyniowa z makaronem* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 70 g (RYB.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Pyzy ziemniaczane* 250 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g 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	Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g	

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-05 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Vegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Ubogopurynowa	
2024-05-03 piątek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,p arzona 30 g (<u>SOJ, MLE, GLU OW,</u>)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,p arzona 30 g (<u>SOJ, MLE, GLU OW,</u>)	Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,p arzona 60 g (<u>SOJ, MLE, GLU OW,</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,p arzona 30 g (<u>SOJ, MLE, GLU OW,</u>)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,p arzona 20 g (<u>SOJ, MLE, GLU OW,</u>)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzo na,parzona 20 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g Szynka na kartki-wieprzowa,wędzo na,parzona 30 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 z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,p arzona 80 g (<u>SOJ, MLE, GLU OW,</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (<u>MLE,</u>)					Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (<u>SOJ,</u>)	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (<u>MLE,</u>)			
	Wartość energetyczna: 2333.04 kcal; Białko ogółem: 84.64 g; Tłuszcz: 76.13 g; Kw. tł. nasy.: 32.83 g; Węglowodany ogółem: 346.46 g; W tym cukry: 101.43 g; Błonnik pok.: 40.48 g; Sól: 7.39 g; WW: 30.65 Por; : 14.51 %; : 1017.84 %; Ener. z T: 29.37 %; Ener. z Bł.: 3.47 %; K: 4693.24 mg;	Wartość energetyczna: 2286.63 kcal; Białko ogółem: 90.92 g; Tłuszcz: 67.56 g; Kw. tł. nasy.: 31.99 g; Węglowodany ogółem: 345.89 g; W tym cukry: 91.41 g; Błonnik pok.: 35.51 g; Sól: 7.21 g; WW: 31.20 Por; : 15.90 %; : 991.82 %; Ener. z T: 26.59 %; Ener. z Bł.: 3.11 %; K: 4461.04 mg;	Wartość energetyczna: 2670.02 kcal; Białko ogółem: 127.56 g; Tłuszcz: 91.55 g; Kw. tł. nasy.: 46.62 g; Węglowodany ogółem: 351.12 g; W tym cukry: 83.04 g; Błonnik pok.: 34.57 g; Sól: 11.30 g; WW: 17.06 Por; : 19.49 %; : 716.16 %; Ener. z T: 31.04 %; Ener. z Bł.: 4.94 %; K: 3774.73 mg;	Wartość energetyczna: 1534.98 kcal; Białko ogółem: 74.80 g; Tłuszcz: 52.93 g; Kw. tł. nasy.: 24.22 g; Węglowodany ogółem: 208.09 g; W tym cukry: 34.78 g; Błonnik pok.: 37.89 g; Sól: 6.60 g; WW: 17.06 Por; : 19.49 %; : 716.16 %; Ener. z T: 31.04 %; Ener. z Bł.: 4.94 %; K: 3774.73 mg;	Wartość energetyczna: 2229.77 kcal; Białko ogółem: 90.02 g; Tłuszcz: 66.87 g; Kw. tł. nasy.: 31.72 g; Węglowodany ogółem: 331.85 g; W tym cukry: 91.03 g; Błonnik pok.: 30.35 g; Sól: 6.51 g; WW: 30.28 Por; : 16.15 %; : 971.53 %; Ener. z T: 26.99 %; Ener. z Bł.: 2.72 %; K: 4310.54 mg;	Wartość energetyczna: 2018.45 kcal; Białko ogółem: 79.93 g; Tłuszcz: 56.29 g; Kw. tł. nasy.: 23.51 g; Węglowodany ogółem: 311.68 g; W tym cukry: 85.91 g; Błonnik pok.: 28.53 g; Sól: 6.48 g; WW: 28.37 Por; : 15.84 %; : 844.20 %; Ener. z T: 25.10 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 3791.24 mg;	Wartość energetyczna: 2368.62 kcal; Białko ogółem: 94.58 g; Tłuszcz: 71.48 g; Kw. tł. nasy.: 36.96 g; Węglowodany ogółem: 350.90 g; W tym cukry: 89.46 g; Błonnik pok.: 41.71 g; Sól: 6.04 g; WW: 31.05 Por; : 15.97 %; : 986.93 %; Ener. z T: 27.16 %; Ener. z Bł.: 3.52 %; K: 4113.18 mg;	Wartość energetyczna: 2290.90 kcal; Białko ogółem: 71.93 g; Tłuszcz: 74.65 g; Kw. tł. nasy.: 31.23 g; Węglowodany ogółem: 340.44 g; W tym cukry: 89.46 g; Błonnik pok.: 25.91 g; Sól: 4.04 g; WW: 31.56 Por; : 12.56 %; : 844.75 %; Ener. z T: 29.33 %; Ener. z Bł.: 2.26 %; K: 4014.16 mg;	Wartość energetyczna: 2144.52 kcal; Białko ogółem: 93.97 g; Tłuszcz: 51.20 g; Kw. tł. nasy.: 25.58 g; Węglowodany ogółem: 341.12 g; W tym cukry: 80.12 g; Błonnik pok.: 30.49 g; Sól: 7.98 g; WW: 31.29 Por; : 17.53 %; : 901.37 %; Ener. z T: 21.49 %; Ener. z Bł.: 2.84 %; K: 3968.38 mg;	Wartość energetyczna: 1927.65 kcal; Białko ogółem: 54.51 g; Tłuszcz: 49.93 g; Kw. tł. nasy.: 22.71 g; Węglowodany ogółem: 325.12 g; W tym cukry: 73.15 g; Błonnik pok.: 26.62 g; Sól: 6.03 g; WW: 29.93 Por; : 11.31 %; : 563.94 %; Ener. z T: 23.31 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K: 1899.49 mg;	

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-05 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Ubogopurynowa
2024-05-04 sobota	Sniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE,</u>) Sniadaniowa 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 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-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE,</u>) Sniadaniowa 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 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-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE,</u>) Sniadaniowa 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 Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 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-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 80 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa 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 kiełbasa 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-pszenny 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>) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony w 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-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony w 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	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta warzywna* 60 g (<u>SEL,</u>) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ,</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
	II ŚN				Kiwi 1 szt 1 szt						

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-05 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Nisko tłuszczowa	STAR- Ubogopurynowa
2024-05-04 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 () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza gryczana 100 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Gulasz wieprzowy- dieta 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 JECZ.) Gulasz wieprzowy- dieta 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.) Ryż na sypko 200 g Gulasz wieprzowy- dieta (bez glutenu) 150 g Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) 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.)	Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)			
	PD									

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-05 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Vegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Ubogopurynowa	
2024-05-04 sobota	Kolacja	Chleb miesznany pszenno-żytny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 ŻYT.) 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 ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Konszerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Twarożek 60 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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	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	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 60 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.) 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 ŻYT.) 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	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Konszerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 25 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt				Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt			Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt
	Wartość energetyczna: 2403.05 kcal; Białko ogółem: 93.11 g; Tłuszcz: 85.83 g; Kw. tł. nasy.: 28.74 g; Węglowodany ogółem: 329.56 g; W tym cukry: 87.69 g; Błonnik pok.: 30.79 g; Sól: 10.73 g; WW: 29.88 Por; : 15.50 %; : 734.37 %; Ener. z T: 32.14 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 3751.34 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: 1970.16 kcal; Białko ogółem: 88.33 g; Tłuszcz: 75.65 g; Kw. tł. nasy.: 25.58 g; Węglowodany ogółem: 253.35 g; W tym cukry: 34.74 g; Błonnik pok.: 37.95 g; Sól: 9.86 g; WW: 21.59 Por; : 17.93 %; : 697.29 %; Ener. z T: 34.56 %; Ener. z Bł.: 3.85 %; K: 3945.04 mg;	Wartość energetyczna: 2233.27 kcal; Białko ogółem: 87.86 g; Tłuszcz: 65.25 g; Kw. tł. nasy.: 26.30 g; Węglowodany ogółem: 332.42 g; W tym cukry: 118.55 g; Błonnik pok.: 26.63 g; Sól: 4.99 g; WW: 30.63 Por; : 15.74 %; : 842.69 %; Ener. z T: 26.30 %; Ener. z Bł.: 2.38 %; K: 3711.73 mg;	Wartość energetyczna: 2041.44 kcal; Białko ogółem: 81.02 g; Tłuszcz: 50.26 g; Kw. tł. nasy.: 21.83 g; Węglowodany ogółem: 325.51 g; W tym cukry: 101.87 g; Błonnik pok.: 26.97 g; Sól: 4.64 g; WW: 29.90 Por; : 15.87 %; : 760.07 %; Ener. z T: 22.16 %; Ener. z Bł.: 2.64 %; 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;	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;	

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-05 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Vegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Ubogopurynowa	
2024-05-05 niedziela	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,) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzono, parzona 80 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ,) Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt (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,) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzono, parzona 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, 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-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzono, parzona 80 g 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,) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzono, parzona 50 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, 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, wędzono, parzona 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzono, 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-pszenny 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 ZYT, GLU JĘCZ,) Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt (GLU PSZ, MLE,)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE,) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzono, parzona 80 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-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzono, parzona 80 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ,) Jabłko 150 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,) Dżem 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g
		III ŚN			Jabłko 150 g						
	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Surówka Colesław b/c () 200 g (JAJ, MLE, GOR,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 100 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Surówka Colesław b/c () 200 g (JAJ, MLE, GOR,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem *-podstawa 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Kotlety sojowe 100 g (SOJ,) Surówka Colesław () 200 g (JAJ, MLE, GOR,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem (bez glutenu)* 400 ml (SEL,) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki gotowane () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 100 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (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		

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-05 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Vegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Ubogopurynowa
2024-05-05 niedziela	RD	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,)	Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,)	Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,)	Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ,)	Chleb bezglutenowy 25 g Masło extra 82% 5 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,)
		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Pasta z twarogu 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-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	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 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, parzony w 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-pszenny 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	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	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,) 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	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 80 g (MLE,) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 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,)				Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (może zawierać: MLE,)			

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-05 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Vegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskołuszczowa	STAR- Ubogopurynowa
2024-05-05 niedziela	Wartość energetyczna: 2436.72 kcal; Białko ogółem: 115.22 g; Tłuszcz: 90.32 g; Kw. tł. nasy.: 38.50 g; Węglowodany ogółem: 300.09 g; W tym cukry: 88.33 g; Błonnik pok.: 27.05 g; Sól: 6.16 g; WW: 27.47 Por; : 18.91 %; : 821.70 %; Ener. z T: 33.36 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 4100.68 mg;	Wartość energetyczna: 2440.73 kcal; Białko ogółem: 123.02 g; Tłuszcz: 84.21 g; Kw. tł. nasy.: 37.96 g; Węglowodany ogółem: 305.98 g; W tym cukry: 78.53 g; Błonnik pok.: 24.73 g; Sól: 5.85 g; WW: 28.25 Por; : 20.16 %; : 821.90 %; Ener. z T: 31.05 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 4452.08 mg;	Wartość energetyczna: 2769.25 kcal; Białko ogółem: 138.51 g; Tłuszcz: 110.04 g; Kw. tł. nasy.: 52.09 g; Węglowodany ogółem: 319.31 g; W tym cukry: 78.39 g; Błonnik pok.: 31.44 g; Sól: 8.98 g; WW: 28.95 Por; : 20.01 %; : 837.79 %; Ener. z T: 35.76 %; Ener. z Bł.: 2.27 %; K: 4616.17 mg;	Wartość energetyczna: 1854.25 kcal; Białko ogółem: 101.13 g; Tłuszcz: 72.32 g; Kw. tł. nasy.: 27.96 g; Węglowodany ogółem: 213.40 g; W tym cukry: 50.63 g; Błonnik pok.: 31.73 g; Sól: 5.16 g; WW: 18.26 Por; : 21.82 %; : 745.61 %; Ener. z T: 35.10 %; Ener. z Bł.: 3.42 %; K: 3475.07 mg;	Wartość energetyczna: 2362.04 kcal; Białko ogółem: 117.10 g; Tłuszcz: 82.90 g; Kw. tł. nasy.: 37.51 g; Węglowodany ogółem: 293.22 g; W tym cukry: 77.58 g; Błonnik pok.: 19.57 g; Sól: 5.43 g; WW: 27.48 Por; : 19.83 %; : 801.61 %; Ener. z T: 31.59 %; Ener. z Bł.: 2.02 %; K: 4301.58 mg;	Wartość energetyczna: 2214.30 kcal; Białko ogółem: 90.83 g; Tłuszcz: 69.26 g; Kw. tł. nasy.: 29.88 g; Węglowodany ogółem: 318.98 g; W tym cukry: 123.24 g; Błonnik pok.: 22.41 g; Sól: 4.79 g; WW: 29.67 Por; : 16.41 %; : 936.71 %; Ener. z T: 28.15 %; Ener. z Bł.: 2.02 %; K: 4510.61 mg;	Wartość energetyczna: 2310.16 kcal; Białko ogółem: 84.28 g; Tłuszcz: 61.99 g; Kw. tł. nasy.: 29.31 g; Węglowodany ogółem: 362.25 g; W tym cukry: 123.56 g; Błonnik pok.: 37.27 g; Sól: 4.62 g; WW: 32.65 Por; : 14.59 %; : 1045.55 %; Ener. z T: 24.15 %; Ener. z Bł.: 3.23 %; K: 3566.48 mg;	Wartość energetyczna: 2216.38 kcal; Białko ogółem: 94.43 g; Tłuszcz: 81.44 g; Kw. tł. nasy.: 31.66 g; Węglowodany ogółem: 280.40 g; W tym cukry: 69.62 g; Błonnik pok.: 18.38 g; Sól: 3.40 g; WW: 26.23 Por; : 17.04 %; : 658.00 %; Ener. z T: 33.07 %; Ener. z Bł.: 1.66 %; K: 3859.68 mg;	Wartość energetyczna: 2177.59 kcal; Białko ogółem: 107.99 g; Tłuszcz: 62.67 g; Kw. tł. nasy.: 28.35 g; Węglowodany ogółem: 306.42 g; W tym cukry: 87.38 g; Błonnik pok.: 28.28 g; Sól: 5.68 g; WW: 27.91 Por; : 19.84 %; : 943.32 %; Ener. z T: 25.90 %; Ener. z Bł.: 2.60 %; K: 4462.06 mg;	Wartość energetyczna: 1818.06 kcal; Białko ogółem: 49.75 g; Tłuszcz: 39.46 g; Kw. tł. nasy.: 18.20 g; Węglowodany ogółem: 322.90 g; W tym cukry: 89.10 g; Błonnik pok.: 22.93 g; Sól: 6.29 g; WW: 29.99 Por; : 10.95 %; : 577.30 %; Ener. z T: 19.54 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 1914.11 mg;

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-05 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzycya bezmleczna
2024-04-29 poniedziałek	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 Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 25 g (SOJ.) Pomidor 100 g Jabłko pieczone 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 80 g (SOJ.) Pomidor 100 g Mandarynka 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 80 g (SOJ.) Pomidor 100 g
	II ŚN			Mandarynka 150 g
	Obiad	Brokułowa z ryżem * 400 ml (MLE. SEL.) Pierogi leniwe z masłem () 250 g (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (SEL.) Ziemniaki 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 (bez mleka) * 400 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 70 g (GLU PSZ. JAJ.) Sos koperkowy *(bez mleka) 50 ml (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
PD	Chrupki kukurydziane 25 g	Sok przecierowy Kubuś 0,3L	1 szt	

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-05 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-04-29 poniedziałek	Kolacja		
	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pasta z twarogu z koperkiem 30 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Połudwica Sopocka wieprzowa, wędzo na parzona z dodatkiem wody. 80 g (SOJ. MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Połudwica Sopocka wieprzowa, wędzo na parzona z dodatkiem wody. 80 g (SOJ. MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-05 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-04-29 poniedziałek	Wartość energetyczna: 1828.93 kcal; Białko ogółem: 50.84 g; Tłuszcz: 47.83 g; Kw. tł. nasy.: 23.50 g; Węglowodany ogółem: 312.13 g; W tym cukry: 90.01 g; Błonnik pok.: 30.32 g; Sól: 4.34 g; WW: 28.24 Por; : 11.12 %; : 859.01 %; Ener. z T: 23.54 %; Ener. z Bł.: 3.32 %; K: 3053.16 mg;	Wartość energetyczna: 1820.67 kcal; Białko ogółem: 63.17 g; Tłuszcz: 54.10 g; Kw. tł. nasy.: 23.13 g; Węglowodany ogółem: 282.89 g; W tym cukry: 106.31 g; Błonnik pok.: 29.51 g; Sól: 7.50 g; WW: 25.49 Por; : 13.88 %; : 866.02 %; Ener. z T: 26.74 %; Ener. z Bł.: 3.24 %; K: 3748.67 mg;	Wartość energetyczna: 1694.94 kcal; Białko ogółem: 62.14 g; Tłuszcz: 47.89 g; Kw. tł. nasy.: 19.04 g; Węglowodany ogółem: 271.19 g; W tym cukry: 79.09 g; Błonnik pok.: 39.74 g; Sól: 8.03 g; WW: 23.30 Por; : 14.67 %; : 828.11 %; Ener. z T: 25.43 %; Ener. z Bł.: 4.69 %; K: 3897.63 mg;

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-05 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-04-30 wtorek	Śniadanie	<p>Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 25 g (<u>SOJ,</u>) <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE,</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g (<u>SOJ,</u>) <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ,</u>) <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u>) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>
	II ŚN			Gruszka 1szt. 150 g

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-05 KUCHNIA STARACHOWICE

2024-04-30 wtorek

	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzycza bezmleczna
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 Dyńa 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,)
PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ,)		

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-05 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-04-30 wtorek	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.) Miód 60 g 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 Konserwowa wieprzowa,produk t blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) 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 Konserwowa wieprzowa,produk t blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt		
		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: 1626.59 kcal; Białko ogółem: 72.99 g; Tłuszcz: 46.58 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; Węglowodany ogółem: 241.56 g; W tym cukry: 46.12 g; Błonnik pok.: 34.82 g; Sól: 8.66 g; WW: 20.58 Por; : 17.95 %; : 600.94 %; Ener. z T: 25.78 %; Ener. z Bł.: 4.28 %; K: 2862.00 mg;

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-05 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzycya bezmleczna
2024-05-01 środa	Śniadanie	<p>Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Dżem 30 g</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wę dodat.wody w ost.niejad 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Dżem 30 g</p>	<p>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.wę dodat.wody w ost.niejad 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt</p>
	II ŚN			<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wę dodat.wody w ost.niejad 30 g</p>

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-05 KUCHNIA STARACHOWICE

2024-05-01 środa

	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
Obiad	Grycikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki oprószone () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grycikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki oprószone () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grycikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml
PD	Biskopki b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)		
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>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) 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 na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 50 g 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>) Paszтет z soczewicy * 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-05 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-05-01 środa	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt		
		Wartość energetyczna: 1840.14 kcal; Białko ogółem: 45.67 g; Tłuszcz: 40.04 g; Kw. tł. nasy.: 21.26 g; Węglowodany ogółem: 338.11 g; W tym cukry: 95.15 g; Błonnik pok.: 25.57 g; Sól: 4.62 g; WW: 31.25 Por; : 9.93 %; : 874.72 %; Ener. z T: 19.59 %; Ener. z Bł.: 2.78 %; K: 3300.92 mg;	Wartość energetyczna: 1879.88 kcal; Białko ogółem: 67.25 g; Tłuszcz: 45.67 g; Kw. tł. nasy.: 22.46 g; Węglowodany ogółem: 309.97 g; W tym cukry: 93.70 g; Błonnik pok.: 19.89 g; Sól: 6.25 g; WW: 28.97 Por; : 14.31 %; : 827.01 %; Ener. z T: 21.87 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 3326.66 mg;	Wartość energetyczna: 1955.91 kcal; Białko ogółem: 73.31 g; Tłuszcz: 62.15 g; Kw. tł. nasy.: 20.01 g; Węglowodany ogółem: 292.61 g; W tym cukry: 44.33 g; Błonnik pok.: 33.67 g; Sól: 10.50 g; WW: 25.91 Por; : 14.99 %; : 810.99 %; Ener. z T: 28.60 %; Ener. z Bł.: 3.44 %; K: 3554.73 mg;

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-05 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-05-02 czwartek	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>GLU ZYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 30 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>GLU ZYT,</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE,</u>) Szynka na kartki- wieprzowa, wędzo- na, parzona 80 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>GLU ZYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka na kartki- wieprzowa, wędzo- na, parzona 80 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
2024-05-02 czwartek	Śniadanie		

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-05 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzycya bezmleczna
2024-05-02 czwartek	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>GLU ZYT,</u>) Masto extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szyńka Konserwowa wieprzowa,produkt t blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (<u>SOJ,</u>)
	Obiad	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ, SEL,</u>) Risotto wegetariańskie*. 300 g (<u>SEL,</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Cukinia pieczona z olejem* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ, SEL,</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 400 g (<u>SEL,</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Cukinia pieczona z olejem* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ, SEL,</u>) Risotto (br.) z mięsem wieprzowym i warzywami () 400 g (<u>SEL,</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 200 g (<u>SEL,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-05 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-05-02 czwartek	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 Konserwowa wieprzowa, produk t blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 25 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produk t blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 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 Konserwowa wieprzowa, produk t blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	
		Wartość energetyczna: 1790.41 kcal; Białko ogółem: 41.63 g; Tłuszcz: 42.96 g; Kw. tł. nasy.: 13.81 g; Węglowodany ogółem: 320.44 g; W tym cukry: 102.58 g; Błonnik pok.: 23.60 g; Sól: 4.47 g; WW: 29.72 Por; : 9.30 %; : 932.18 %; Ener. z T: 21.59 %; Ener. z Bł.: 2.64 %; K: 3310.09 mg;	Wartość energetyczna: 2275.64 kcal; Białko ogółem: 80.68 g; Tłuszcz: 68.38 g; Kw. tł. nasy.: 22.76 g; Węglowodany ogółem: 346.15 g; W tym cukry: 105.47 g; Błonnik pok.: 24.21 g; Sól: 5.84 g; WW: 32.29 Por; : 14.18 %; : 1011.94 %; Ener. z T: 27.04 %; Ener. z Bł.: 2.13 %; K: 3707.72 mg;	Wartość energetyczna: 2025.08 kcal; Białko ogółem: 82.15 g; Tłuszcz: 64.37 g; Kw. tł. nasy.: 21.44 g; Węglowodany ogółem: 304.40 g; W tym cukry: 50.77 g; Błonnik pok.: 49.34 g; Sól: 7.00 g; WW: 25.66 Por; : 16.23 %; : 680.38 %; Ener. z T: 28.61 %; Ener. z Bł.: 4.87 %; K: 4161.12 mg;

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-05 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-05-03 piątek Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 2 szt Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 60 g (<u>SOJ,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (<u>SOJ,</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 80 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-05 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzycyca bezmleczna
2024-05-03 piątek	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>GLU ŻYT,</u>) Masto extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szyńka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ,</u>)
	Obiad	Dyniowa z makaronem* 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ, MLE, SEL,</u>) Pyzy ziemniaczane* 250 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 70 g (<u>RYB,</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 100 g Ryba pieczona (Dorsz) 70 g (<u>RYB,</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g		Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 200 g

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-05 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-05-03 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,) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 25 g (SOJ, MLE, GLU OW,) 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 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
	PN	Wafle ryżowe 30 g	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (SOJ,)	
		Wartość energetyczna: 2142.84 kcal; Białko ogółem: 55.01 g; Tłuszcz: 45.33 g; Kw. tł. nasy.: 19.35 g; Węglowodany ogółem: 390.37 g; W tym cukry: 96.43 g; Błonnik pok.: 30.47 g; Sól: 7.02 g; WW: 36.13 Por; : 10.27 %; : 714.09 %; Ener. z T: 19.04 %; Ener. z Bł.: 2.84 %; K: 2432.20 mg;	Wartość energetyczna: 2078.22 kcal; Białko ogółem: 78.31 g; Tłuszcz: 57.13 g; Kw. tł. nasy.: 23.65 g; Węglowodany ogółem: 328.37 g; W tym cukry: 85.98 g; Błonnik pok.: 33.69 g; Sól: 7.19 g; WW: 29.57 Por; : 15.07 %; : 864.49 %; Ener. z T: 24.74 %; Ener. z Bł.: 3.24 %; K: 3941.74 mg;	Wartość energetyczna: 1566.13 kcal; Białko ogółem: 72.15 g; Tłuszcz: 49.33 g; Kw. tł. nasy.: 19.13 g; Węglowodany ogółem: 227.27 g; W tym cukry: 45.78 g; Błonnik pok.: 40.62 g; Sól: 7.06 g; WW: 18.67 Por; : 18.43 %; : 738.53 %; Ener. z T: 28.35 %; Ener. z Bł.: 5.19 %; K: 3849.35 mg;

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-05 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-05-04 sobota	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,) Pasta warzywna* 60 g (SEL,) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobiona 80 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobiona 80 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		II ŚN		Kiwi 1 szt 1 szt

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-05 KUCHNIA STARACHOWICE

2024-05-04 sobota

	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
Obiad	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU 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 JĘCZ,</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, 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
PD	Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ,</u>)		Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (<u>SOJ,</u>)

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-05 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-05-04 sobota	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 Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy Szynka Konserwowa 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.) Margaryna roślinna 80% tł 14 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) 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 Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		
		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: 1895.11 kcal; Białko ogółem: 92.55 g; Tłuszcz: 65.43 g; Kw. tł. nasy.: 21.76 g; Węglowodany ogółem: 253.83 g; W tym cukry: 34.45 g; Błonnik pok.: 37.95 g; Sól: 10.64 g; WW: 21.56 Por; : 19.53 %; : 693.90 %; Ener. z T: 31.08 %; Ener. z Bł.: 4.01 %; K: 3911.14 mg;

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-05 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-05-05 niedziela	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>) Dżem 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) 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 (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 80 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	III ŚN	Jabłko 150 g		
	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Pyzy ziemniaczane* 250 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 100 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-05 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-05-05 niedziela	PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ,</u>)		
	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>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 30 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>)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE,</u>) Dżem 40 g Banan 1szt. 1 szt 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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE,</u>)	Mus- przecier owocowy jabłko (tubka) 1 szt	

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-05 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna
2024-05-05 niedziela	Wartość energetyczna: 1925.46 kcal; Białko ogółem: 55.57 g; Tłuszcz: 42.63 g; Kw. tł. nasy.: 20.03 g; Węglowodany ogółem: 336.98 g; W tym cukry: 98.89 g; Błonnik pok.: 23.97 g; Sól: 6.45 g; WW: 31.32 Por; : 11.54 %; : 687.80 %; Ener. z T: 19.93 %; Ener. z Bł.: 2.49 %; K: 2354.54 mg;	Wartość energetyczna: 2176.14 kcal; Białko ogółem: 93.46 g; Tłuszcz: 69.74 g; Kw. tł. nasy.: 30.19 g; Węglowodany ogółem: 305.82 g; W tym cukry: 123.41 g; Błonnik pok.: 23.70 g; Sól: 4.65 g; WW: 28.22 Por; : 17.18 %; : 918.74 %; Ener. z T: 28.84 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 4529.96 mg;	Wartość energetyczna: 1778.81 kcal; Białko ogółem: 95.41 g; Tłuszcz: 70.81 g; Kw. tł. nasy.: 28.22 g; Węglowodany ogółem: 205.00 g; W tym cukry: 46.62 g; Błonnik pok.: 30.36 g; Sól: 6.52 g; WW: 17.48 Por; : 21.46 %; : 632.73 %; Ener. z T: 35.83 %; Ener. z Bł.: 3.41 %; K: 3593.39 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,
SO2 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JEĆCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

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