

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-10 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwa strawna	STAR- IIIA Kleikowa	STAR- IIIB Pooperacyjna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- IX Płynna	STAR- X Ryzowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	
2024-03-04 poniedziałek	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.) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw ostonce 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 ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw ostonce niejadalnej 80 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Mandarynka 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Kleik z kaszy manny na wodzie 250 ml (GLU PSZ.)	Suchary b/c 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw ostonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Twarożek na słodko 60 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Mandarynka 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw ostonce niejadalnej 80 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Papka Śn - STAR () 400 ml (JAJ, MLE, SEL.)	Kleik ryżowo-marchwiowy 350 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JEĆZ.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw ostonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,pa rzona 50 g Pomidor 100 g Mandarynka 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)
		II ŚN					Mandarynka 150 g				
		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 () 200 g (MLE.) 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	Kleik z kaszy manny na wodzie 250 ml (GLU PSZ.)	Ziemniaki gotowane () 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Pierogi leniwe z masłem () 350 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy * 50 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z marchwi i jabłka b/c () 200 g (MLE.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Papka Ob - STAR () 400 ml (MLE, SEL.)	Kleik ryżowo-marchwiowy 350 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.) Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot owocowy* z/c 250 ml
PD	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)				Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)			Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)		
Kolejacja	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.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 80 g (RYB, MLE.) Sałata zielona 20 g Papryka konserwowa 80 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 80 g (RYB, MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Kleik z kaszy manny na wodzie 250 ml (GLU PSZ.)	Suchary b/c 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Połędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (SOJ, MLE.) Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 60 g (RYB, MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 80 g (RYB, MLE.) Sałata zielona 20 g Papryka konserwowa 80 g	Papka Kol - STAR () 400 ml (JAJ, MLE, SEL.)	Kleik ryżowo-marchwiowy 350 ml	Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 60 g (RYB, MLE.) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 80 g (SEL.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JEĆZ.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 80 g (RYB, MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-10 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwa strawna	STAR- IIIA Kleikowa	STAR- IIIB Pooperacyjna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- IX Płynna	STAR- X Ryżowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	
2024-03-04 poniedziałek	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g				Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2210.95 kcal; Białko ogółem: 83.73 g; Tłuszcz: 71.56 g; Kw. tł. nasy.: 39.12 g; Węglowodany ogółem: 320.44 g; W tym cukry: 95.04 g; Błonnik pok.: 32.23 g; Sól: 7.06 g; WW: 28.83 Por; : 15.15 %; : 52.14 %; Ener. z T: 29.13 %; Ener. z Bł.: 2.92 %; K: 3534.36 mg;	Wartość energetyczna: 2242.11 kcal; Białko ogółem: 86.59 g; Tłuszcz: 73.45 g; Kw. tł. nasy.: 37.94 g; Węglowodany ogółem: 321.79 g; W tym cukry: 96.81 g; Błonnik pok.: 29.97 g; Sól: 6.30 g; WW: 29.23 Por; : 15.45 %; : 52.06 %; Ener. z T: 29.48 %; Ener. z Bł.: 2.67 %; K: 3917.59 mg;	Wartość energetyczna: 528.00 kcal; Białko ogółem: 14.25 g; Tłuszcz: 1.95 g; Kw. tł. nasy.: 0.27 g; Węglowodany ogółem: 115.05 g; W tym cukry: 0.15 g; Błonnik pok.: 3.75 g; Sól: 0.30 g; WW: 11.10 Por; : 10.80 %; : 84.32 %; Ener. z T: 3.32 %; Ener. z Bł.: 1.42 %; K: 174.00 mg;	Wartość energetyczna: 651.30 kcal; Białko ogółem: 18.81 g; Tłuszcz: 7.69 g; Kw. tł. nasy.: 0.03 g; Węglowodany ogółem: 127.45 g; W tym cukry: 0.87 g; Błonnik pok.: 4.64 g; Sól: 0.63 g; WW: 12.31 Por; : 11.55 %; : 75.42 %; Ener. z T: 10.63 %; Ener. z Bł.: 1.42 %; K: 1471.90 mg;	Wartość energetyczna: 2450.80 kcal; Białko ogółem: 104.78 g; Tłuszcz: 77.32 g; Kw. tł. nasy.: 40.91 g; Węglowodany ogółem: 349.97 g; W tym cukry: 102.88 g; Błonnik pok.: 37.48 g; Sól: 7.49 g; WW: 31.33 Por; : 17.10 %; : 51.00 %; Ener. z T: 28.39 %; Ener. z Bł.: 3.06 %; K: 4337.95 mg;	Wartość energetyczna: 1888.39 kcal; Białko ogółem: 78.41 g; Tłuszcz: 70.35 g; Kw. tł. nasy.: 34.43 g; Węglowodany ogółem: 254.93 g; W tym cukry: 45.51 g; Błonnik pok.: 38.48 g; Sól: 8.07 g; WW: 21.66 Por; : 16.61 %; : 45.85 %; Ener. z T: 33.53 %; Ener. z Bł.: 4.08 %; K: 4244.33 mg;	Wartość energetyczna: 1261.55 kcal; Białko ogółem: 41.50 g; Tłuszcz: 52.71 g; Kw. tł. nasy.: 17.94 g; Węglowodany ogółem: 126.18 g; W tym cukry: 12.75 g; Błonnik pok.: 14.75 g; Sól: 3.02 g; WW: 14.90 Por; : 13.16 %; : 47.22 %; Ener. z T: 37.60 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 1819.55 mg;	Wartość energetyczna: 547.20 kcal; Białko ogółem: 11.40 g; Tłuszcz: 1.23 g; Kw. tł. nasy.: 0.27 g; Węglowodany ogółem: 126.18 g; W tym cukry: 4.80 g; Błonnik pok.: 6.84 g; Sól: 0.51 g; WW: 12.00 Por; : 8.33 %; : 87.24 %; Ener. z T: 2.02 %; Ener. z Bł.: 2.50 %; K: 420.30 mg;	Wartość energetyczna: 2407.97 kcal; Białko ogółem: 94.04 g; Tłuszcz: 74.78 g; Kw. tł. nasy.: 33.32 g; Węglowodany ogółem: 353.03 g; W tym cukry: 101.34 g; Błonnik pok.: 26.97 g; Sól: 7.94 g; WW: 32.71 Por; : 15.62 %; : 54.16 %; Ener. z T: 27.95 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 4435.74 mg;	Wartość energetyczna: 2152.13 kcal; Białko ogółem: 88.22 g; Tłuszcz: 60.01 g; Kw. tł. nasy.: 35.57 g; Węglowodany ogółem: 323.95 g; W tym cukry: 98.88 g; Błonnik pok.: 26.97 g; Sól: 3.79 g; WW: 29.76 Por; : 16.40 %; : 55.31 %; Ener. z T: 25.10 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 3728.70 mg;
2024-03-05 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 80 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) 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 ŻYT.) 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 wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Kleik z kaszy manny na wodzie 250 ml (GLU PSZ.)	Suchary b/c 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Ser żółty 60 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Maślanka 150 ml (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Ogórek kiszony 100 g	Papka Śn - STAR () 400 ml (JAJ, MLE, SEL.)	Kleik ryżowo-marchwiowy 350 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) 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 Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
	II ŚN					Gruszka 1szt. 150 g					
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	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.)	Kleik z kaszy manny na wodzie 250 ml (GLU PSZ.)	Makaron 200 g (GLU PSZ.) Herbata czarna ekspresowa b/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 Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Sos szpinakowy* 50 ml (GLU PSZ.)	Papka Ob - STAR () 400 ml (MLE, SEL.)	Kleik ryżowo-marchwiowy 350 ml	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 70 g Dynia duszona z olejem* 150 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos szpinakowy* 50 ml (GLU PSZ.)	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 70 g Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos szpinakowy* 50 ml (GLU PSZ.)	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-10 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwa strawna	STAR- IIIA Kleikowa	STAR- IIIB Pooperacyjna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- IX Płynna	STAR- X Ryzowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	
2024-03-05 wtorek	Kolacja	PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</u>)			Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</u>)			Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</u>)		
		PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kleik z kaszy manny na wodzie 250 ml (<u>GLU PSZ.</u>)	Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g	Papka Kol- STAR () 400 ml (<u>JAJ, MLE, SEL.</u>)	Kleik ryżowo-marchwiowy 350 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
		Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt			Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt					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 %; : 54.17 %; 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 %; : 58.43 %; Ener. z T: 22.83 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 3652.97 mg;	Wartość energetyczna: 528.00 kcal; Białko ogółem: 14.25 g; Tłuszcz: 1.95 g; Kw. tł. nasy.: 0.27 g; Węglowodany ogółem: 115.05 g; W tym cukry: 0.15 g; Błonnik pok.: 3.75 g; Sól: 0.30 g; WW: 11.10 Por; : 10.80 %; : 84.32 %; Ener. z T: 3.32 %; Ener. z Bł.: 1.42 %; K: 174.00 mg;	Wartość energetyczna: 720.40 kcal; Białko ogółem: 22.98 g; Tłuszcz: 11.68 g; Kw. tł. nasy.: 0.45 g; Węglowodany ogółem: 130.00 g; W tym cukry: 0.40 g; Błonnik pok.: 1.92 g; Sól: 0.19 g; WW: 12.80 Por; : 12.76 %; : 71.12 %; Ener. z T: 14.59 %; Ener. z Bł.: 0.53 %; K: 167.20 mg;	Wartość energetyczna: 2598.36 kcal; Białko ogółem: 125.38 g; Tłuszcz: 80.40 g; Kw. tł. nasy.: 40.52 g; Węglowodany ogółem: 356.56 g; W tym cukry: 90.26 g; Błonnik pok.: 29.76 g; Sól: 8.99 g; WW: 32.73 Por; : 19.30 %; : 50.31 %; Ener. z T: 27.85 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 4151.42 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 %; : 50.21 %; Ener. z T: 26.10 %; Ener. z Bł.: 4.18 %; K: 2856.57 mg;	Wartość energetyczna: 1261.55 kcal; Białko ogółem: 41.50 g; Tłuszcz: 52.71 g; Kw. tł. nasy.: 17.94 g; Węglowodany ogółem: 163.67 g; W tym cukry: 12.75 g; Błonnik pok.: 14.75 g; Sól: 3.02 g; WW: 14.90 Por; : 13.16 %; : 47.22 %; Ener. z T: 37.60 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 1819.55 mg;	Wartość energetyczna: 547.20 kcal; Białko ogółem: 11.40 g; Tłuszcz: 1.23 g; Kw. tł. nasy.: 0.27 g; Węglowodany ogółem: 126.18 g; W tym cukry: 4.80 g; Błonnik pok.: 6.84 g; Sól: 0.51 g; WW: 12.00 Por; : 8.33 %; : 87.24 %; Ener. z T: 2.02 %; Ener. z Bł.: 2.50 %; K: 420.30 mg;	Wartość energetyczna: 2362.02 kcal; Białko ogółem: 94.27 g; Tłuszcz: 53.89 g; Kw. tł. nasy.: 25.09 g; Węglowodany ogółem: 385.81 g; W tym cukry: 128.00 g; Błonnik pok.: 16.75 g; Sól: 7.30 g; WW: 36.90 Por; : 15.96 %; : 62.50 %; Ener. z T: 20.53 %; Ener. z Bł.: 1.42 %; K: 3118.45 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 %; : 58.28 %; Ener. z T: 23.15 %; Ener. z Bł.: 1.74 %; K: 3502.47 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-10 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwa strawna	STAR- IIIA Kleikowa	STAR- IIIB Pooperacyjna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- IX Płynna	STAR- X Ryzowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	
2024-03-06 środa	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Gruszka 1szt. 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>)	Kleik z kaszy manny na wodzie 250 ml (<u>GLU PSZ.</u>)	Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Gruszka 1szt. 150 g Sałata zielona 20 g	Papka Śn - STAR () 400 ml (<u>JAJ, MLE, SEL.</u>)	Kleik ryżowo-marchwiowy 350 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Gruszka 1szt. 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>)
		II ŚN					Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ.</u>)				
		Obiad	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Kotlet mielony drobiowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 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.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kleik z kaszy manny na wodzie 250 ml (<u>GLU PSZ.</u>)	Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki oprószone () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 300 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	Papka Ob - STAR () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>)	Kleik ryżowo-marchwiowy 350 ml	Grysikowa * 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 () 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)				Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)				Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-10 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwa strawna	STAR- IIIA Kleikowa	STAR- IIIB Pooperacyjna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- IX Płynna	STAR- X Ryzowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	
2024-03-06 środa	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Paszтет z soczewicy * 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ser mozzarella kulki 25 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Ser mozzarella kulki 25 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Kleik z kaszy manny na wodzie 250 ml (<u>GLU PSZ.</u>)	Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Ser mozzarella kulki 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Paszтет z soczewicy * 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ser mozzarella kulki 25 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Papka Kol- STAR () 400 ml (<u>JAJ, MLE, SEL.</u>)	Kleik ryżowo-marchwiowy 350 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Ser mozzarella kulki 25 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 150 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Ser mozzarella kulki 25 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	
	PN	Mus jabłkowo-morelowy 200g 1 szt				Mus jabłkowo-morelowy 200g 1 szt						Mus jabłkowo-morelowy 200g 1 szt
		Wartość energetyczna: 2435.92 kcal; Białko ogółem: 87.48 g; Tłuszcz: 86.84 g; Kw. tł. nasy.: 33.19 g; Węglowodany ogółem: 340.44 g; W tym cukry: 93.11 g; Błonnik pok.: 29.43 g; Sól: 8.87 g; WW: 31.07 Por; : 14.37 %; : 51.07 %; Ener. z T: 32.08 %; Ener. z Bł.: 2.42 %; K: 3674.38 mg;	Wartość energetyczna: 2206.30 kcal; Białko ogółem: 92.87 g; Tłuszcz: 56.75 g; Kw. tł. nasy.: 31.75 g; Węglowodany ogółem: 346.22 g; W tym cukry: 107.37 g; Błonnik pok.: 28.13 g; Sól: 7.10 g; WW: 31.77 Por; : 16.84 %; : 57.67 %; Ener. z T: 23.15 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 4088.96 mg;	Wartość energetyczna: 528.00 kcal; Białko ogółem: 14.25 g; Tłuszcz: 1.95 g; Kw. tł. nasy.: 0.27 g; Węglowodany ogółem: 115.05 g; W tym cukry: 0.15 g; Błonnik pok.: 3.75 g; Sól: 0.30 g; WW: 11.10 Por; : 10.80 %; : 84.32 %; Ener. z T: 3.32 %; Ener. z Bł.: 1.42 %; K: 174.00 mg;	Wartość energetyczna: 677.80 kcal; Białko ogółem: 18.81 g; Tłuszcz: 10.69 g; Kw. tł. nasy.: 0.93 g; Węglowodany ogółem: 127.48 g; W tym cukry: 0.87 g; Błonnik pok.: 4.64 g; Sól: 0.65 g; WW: 12.32 Por; : 11.10 %; : 72.49 %; Ener. z T: 14.19 %; Ener. z Bł.: 1.37 %; K: 1471.90 mg;	Wartość energetyczna: 2422.80 kcal; Białko ogółem: 110.27 g; Tłuszcz: 68.01 g; Kw. tł. nasy.: 37.59 g; Węglowodany ogółem: 360.80 g; W tym cukry: 108.33 g; Błonnik pok.: 34.65 g; Sól: 8.79 g; WW: 32.57 Por; : 18.21 %; : 53.85 %; Ener. z T: 25.27 %; Ener. z Bł.: 2.86 %; K: 4429.12 mg;	Wartość energetyczna: 1951.52 kcal; Białko ogółem: 78.99 g; Tłuszcz: 64.45 g; Kw. tł. nasy.: 25.81 g; Węglowodany ogółem: 282.33 g; W tym cukry: 60.71 g; Błonnik pok.: 34.80 g; Sól: 8.07 g; WW: 24.73 Por; : 16.19 %; : 50.74 %; Ener. z T: 29.72 %; Ener. z Bł.: 3.57 %; K: 3787.96 mg;	Wartość energetyczna: 1261.55 kcal; Białko ogółem: 41.50 g; Tłuszcz: 52.71 g; Kw. tł. nasy.: 17.94 g; Węglowodany ogółem: 163.67 g; W tym cukry: 12.75 g; Błonnik pok.: 14.75 g; Sól: 3.02 g; WW: 14.90 Por; : 13.16 %; : 47.22 %; Ener. z T: 37.60 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 1819.55 mg;	Wartość energetyczna: 547.20 kcal; Białko ogółem: 11.40 g; Tłuszcz: 1.23 g; Kw. tł. nasy.: 0.27 g; Węglowodany ogółem: 126.18 g; W tym cukry: 4.80 g; Błonnik pok.: 6.84 g; Sól: 0.51 g; WW: 12.00 Por; : 8.33 %; : 87.24 %; Ener. z T: 2.02 %; Ener. z Bł.: 2.50 %; K: 420.30 mg;	Wartość energetyczna: 2241.37 kcal; Białko ogółem: 87.51 g; Tłuszcz: 53.07 g; Kw. tł. nasy.: 27.70 g; Węglowodany ogółem: 365.17 g; W tym cukry: 114.07 g; Błonnik pok.: 23.92 g; Sól: 6.04 g; WW: 34.17 Por; : 15.62 %; : 60.90 %; Ener. z T: 21.31 %; Ener. z Bł.: 2.13 %; K: 4309.64 mg;	Wartość energetyczna: 2159.86 kcal; Białko ogółem: 90.74 g; Tłuszcz: 55.68 g; Kw. tł. nasy.: 31.47 g; Węglowodany ogółem: 336.78 g; W tym cukry: 107.03 g; Błonnik pok.: 23.12 g; Sól: 6.47 g; WW: 31.29 Por; : 16.80 %; : 58.09 %; Ener. z T: 23.20 %; Ener. z Bł.: 2.14 %; K: 3914.46 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-10 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- IIIA Kleikowa	STAR- IIIB Pooperacyjna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- IX Płynna	STAR- X Ryzowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	
2024-03-07 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i cebuli 80 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (<u>SOJ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (<u>SOJ.</u>)	Kleik z kaszy manny na wodzie 250 ml (<u>GLU PSZ.</u>)	Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (<u>SOJ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i cebuli 80 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Papka Śn - STAR () 400 ml (<u>JAJ, MLE, SEL.</u>)	Kleik ryżowo-marchwiowy 350 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Zacierka na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt
		II ŚN					Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (<u>SOJ.</u>)				
		Obiad	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Gołąbek siekany z mięsa wp 250 g (<u>JAJ.</u>) Sos pomidorowy 70 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, 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	Kleik z kaszy manny na wodzie 250 ml (<u>GLU PSZ.</u>)	Ryż na sypko 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 440 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 * () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, 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	Papka Ob - STAR () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>)	Kleik ryżowo-marchwiowy 350 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, 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
PD	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml				Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)					Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-10 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- IIIA Kleikowa	STAR- IIIB Pooperacyjna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- IX Płynna	STAR- X Ryzowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	
2024-03-07 czwartek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Sniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 80 g (<u>SOJ.</u>) Salatka jarzynowa () 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Sniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 80 g (<u>SOJ.</u>) Salatka jarzynowa -dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kleik z kaszy manny na wodzie 250 ml (<u>GLU PSZ.</u>)	Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Salatka jarzynowa -dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Sniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 80 g (<u>SOJ.</u>) Salatka jarzynowa -dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Papka Kol- STAR () 400 ml (<u>JAJ, MLE, SEL.</u>)	Kleik ryżowo-marchwiowy 350 ml	Kasza manna na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Sniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Salatka jarzynowa -dieta () 80 g (<u>MLE, SEL.</u>)	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 Salatka jarzynowa -dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt					Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2204.99 kcal; Białko ogółem: 84.07 g; Tłuszcz: 90.34 g; Kw. tł. nasy.: 33.18 g; Węglowodany ogółem: 274.58 g; W tym cukry: 74.38 g; Błonnik pok.: 27.54 g; Sól: 7.97 g; WW: 24.79 Por; : 15.25 %; : 44.82 %; Ener. z T: 36.88 %; Ener. z Bł.: 2.50 %; K: 3562.49 mg;	Wartość energetyczna: 2463.16 kcal; Białko ogółem: 86.79 g; Tłuszcz: 85.78 g; Kw. tł. nasy.: 30.75 g; Węglowodany ogółem: 348.54 g; W tym cukry: 75.85 g; Błonnik pok.: 29.51 g; Sól: 7.08 g; WW: 31.98 Por; : 14.09 %; : 51.81 %; Ener. z T: 31.34 %; Ener. z Bł.: 2.40 %; K: 3858.78 mg;	Wartość energetyczna: 528.00 kcal; Białko ogółem: 14.25 g; Tłuszcz: 1.95 g; Kw. tł. nasy.: 0.27 g; Węglowodany ogółem: 0.15 g; Błonnik pok.: 3.75 g; Sól: 0.30 g; WW: 11.10 Por; : 10.80 %; : 84.32 %; Ener. z T: 3.32 %; Ener. z Bł.: 1.42 %; K: 174.00 mg;	Wartość energetyczna: 702.00 kcal; Białko ogółem: 18.90 g; Tłuszcz: 10.96 g; Kw. tł. nasy.: 0.32 g; Węglowodany ogółem: 0.16 g; Błonnik pok.: 1.92 g; Sól: 0.20 g; WW: 12.96 Por; : 10.77 %; : 73.62 %; Ener. z T: 14.05 %; Ener. z Bł.: 0.55 %; K: 136.80 mg;	Wartość energetyczna: 2579.03 kcal; Białko ogółem: 102.68 g; Tłuszcz: 93.70 g; Kw. tł. nasy.: 32.57 g; Węglowodany ogółem: 348.12 g; W tym cukry: 57.58 g; Błonnik pok.: 35.25 g; Sól: 8.84 g; WW: 31.35 Por; : 15.93 %; : 48.52 %; Ener. z T: 32.70 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 4258.06 mg;	Wartość energetyczna: 2083.28 kcal; Białko ogółem: 85.30 g; Tłuszcz: 78.27 g; Kw. tł. nasy.: 27.72 g; Węglowodany ogółem: 283.39 g; W tym cukry: 34.91 g; Błonnik pok.: 51.13 g; Sól: 7.10 g; WW: 23.36 Por; : 16.38 %; : 44.59 %; Ener. z T: 33.81 %; Ener. z Bł.: 4.91 %; K: 4178.57 mg;	Wartość energetyczna: 1261.55 kcal; Białko ogółem: 41.50 g; Tłuszcz: 52.71 g; Kw. tł. nasy.: 17.94 g; Węglowodany ogółem: 163.67 g; W tym cukry: 12.75 g; Błonnik pok.: 14.75 g; Sól: 3.02 g; WW: 14.90 Por; : 13.16 %; : 47.22 %; Ener. z T: 37.60 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 1819.55 mg;	Wartość energetyczna: 547.20 kcal; Białko ogółem: 11.40 g; Tłuszcz: 1.23 g; Kw. tł. nasy.: 0.27 g; Węglowodany ogółem: 126.18 g; W tym cukry: 4.80 g; Błonnik pok.: 6.84 g; Sól: 0.51 g; WW: 12.00 Por; : 8.33 %; : 87.24 %; Ener. z T: 2.02 %; Ener. z Bł.: 2.50 %; K: 420.30 mg;	Wartość energetyczna: 2434.41 kcal; Białko ogółem: 89.87 g; Tłuszcz: 85.25 g; Kw. tł. nasy.: 30.60 g; Węglowodany ogółem: 337.84 g; W tym cukry: 65.79 g; Błonnik pok.: 23.27 g; Sól: 6.16 g; WW: 31.50 Por; : 14.77 %; : 51.69 %; Ener. z T: 31.52 %; Ener. z Bł.: 1.91 %; K: 3774.68 mg;	Wartość energetyczna: 2279.69 kcal; Białko ogółem: 82.23 g; Tłuszcz: 69.60 g; Kw. tł. nasy.: 24.33 g; Węglowodany ogółem: 340.32 g; W tym cukry: 93.60 g; Błonnik pok.: 22.25 g; Sól: 4.93 g; WW: 31.81 Por; : 14.43 %; : 55.81 %; Ener. z T: 27.48 %; Ener. z Bł.: 1.95 %; K: 3857.28 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-10 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwa strawna	STAR- IIIA Kleikowa	STAR- IIIB Pooperacyjna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- IX Płynna	STAR- X Ryzowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	
2024-03-08 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 14 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 40 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 ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona a 50 g (SOJ, MLE, GLU OW)	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 ŻYT) Masło extra 82% 14 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 40 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 ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona a 50 g (SOJ, MLE, GLU OW)	Kleik z kaszy manny na wodzie 250 ml (GLU PSZ)	Suchary b/c 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 14 g (MLE) Ser żółty 60 g (MLE) Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ) Ser żółty 60 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ) Ser żółty 60 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Papka Śn - STAR () 400 ml (JAJ, MLE, SEL)	Kleik ryżowo-marchwiowy 350 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 14 g (MLE) Twarożek 40 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Dżem 60 g Jabłko pieczone 150 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 14 g (MLE) Twarożek 40 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 ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona a 50 g (SOJ, MLE, GLU OW)
		II ŚN					Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona a 50 g (SOJ, MLE, GLU OW)				
		Obiad	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 (GLU PSZ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kleik z kaszy manny na wodzie 250 ml (GLU PSZ)	Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Herbata czarna ekspresowa b/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 (GLU PSZ) 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	Papka Ob - STAR () 400 ml (MLE, SEL)	Kleik ryżowo-marchwiowy 350 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Miruna) 70 g (RYB) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (GLU PSZ) Kompot owocowy* z/c 250 ml
PD	Surówka z marchwi i jabłka () 150 g (MLE)				Budyń o smaku czekoladowym z/c 150 ml (MLE)	Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (MLE)				Surówka z marchwi i jabłka () 150 g (MLE)	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-10 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwostrawna	STAR- IIIA Kleikowa	STAR- IIIB Pooperacyjna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- IX Płynna	STAR- X Ryzowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca
2024-03-08 piątek	Kolacja Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kleik z kaszy manny na wodzie 250 ml (<u>GLU PSZ.</u>)	Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 60 g (<u>SOJ, MLE, GLU OW.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Papka Kol - STAR () 400 ml (<u>JAJ, MLE, SEL.</u>)	Kleik ryżowo-marchwiowy 350 ml Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pasta z białek z koperkiem 60 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem () 80 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	
PN	Serek twarogowy śmietankowy (kiri,haga) 1 szt (<u>MLE.</u>)				Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (<u>MLE.</u>)					Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Wartość energetyczna: 2380.92 kcal; Białko ogółem: 85.88 g; Tłuszcz: 81.31 g; Kw. tł. nasy.: 34.26 g; Węglowodany ogółem: 345.45 g; W tym cukry: 102.24 g; Błonnik pok.: 40.55 g; Sól: 7.61 g; WW: 30.54 Por; : 14.43 %; : 51.22 %; Ener. z T: 30.73 %; Ener. z Bł.: 3.41 %; K: 4751.85 mg;	Wartość energetyczna: 2297.03 kcal; Białko ogółem: 92.65 g; Tłuszcz: 68.21 g; Kw. tł. nasy.: 33.31 g; Węglowodany ogółem: 345.19 g; W tym cukry: 92.16 g; Błonnik pok.: 35.39 g; Sól: 7.27 g; WW: 31.12 Por; : 16.13 %; : 53.95 %; Ener. z T: 26.73 %; Ener. z Bł.: 3.08 %; K: 4543.98 mg;	Wartość energetyczna: 528.00 kcal; Białko ogółem: 14.25 g; Tłuszcz: 1.95 g; Kw. tł. nasy.: 0.27 g; Węglowodany ogółem: 0.15 g; Błonnik pok.: 3.75 g; Sól: 0.30 g; WW: 11.10 Por; : 10.80 %; : 84.32 %; Ener. z T: 3.32 %; Ener. z Bł.: 1.42 %; K: 174.00 mg;	Wartość energetyczna: 677.80 kcal; Białko ogółem: 18.81 g; Tłuszcz: 10.69 g; Kw. tł. nasy.: 0.93 g; Węglowodany ogółem: 4.64 g; Sól: 0.65 g; WW: 12.32 Por; : 11.10 %; : 72.49 %; Ener. z T: 14.19 %; Ener. z Bł.: 1.37 %; K: 1471.90 mg;	Wartość energetyczna: 2625.70 kcal; Białko ogółem: 125.01 g; Tłuszcz: 87.86 g; Kw. tł. nasy.: 45.74 g; Węglowodany ogółem: 350.79 g; W tym cukry: 83.67 g; Błonnik pok.: 34.59 g; Sól: 11.34 g; WW: 31.80 Por; : 19.04 %; : 48.17 %; Ener. z T: 30.12 %; Ener. z Bł.: 2.63 %; K: 4517.50 mg;	Wartość energetyczna: 1719.30 kcal; Białko ogółem: 85.77 g; Tłuszcz: 69.70 g; Kw. tł. nasy.: 36.35 g; Węglowodany ogółem: 206.92 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 37.62 g; Sól: 7.89 g; WW: 16.94 Por; : 19.95 %; : 39.39 %; Ener. z T: 37.60 %; Ener. z Bł.: 4.38 %; K: 3811.07 mg;	Wartość energetyczna: 1261.55 kcal; Białko ogółem: 41.50 g; Tłuszcz: 52.71 g; Kw. tł. nasy.: 17.94 g; Węglowodany ogółem: 163.67 g; W tym cukry: 12.75 g; Błonnik pok.: 14.75 g; Sól: 3.02 g; WW: 14.90 Por; : 13.16 %; : 47.22 %; Ener. z T: 37.60 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 1819.55 mg;	Wartość energetyczna: 547.20 kcal; Białko ogółem: 11.40 g; Tłuszcz: 1.23 g; Kw. tł. nasy.: 0.27 g; Węglowodany ogółem: 126.18 g; W tym cukry: 4.80 g; Błonnik pok.: 6.84 g; Sól: 0.51 g; WW: 12.00 Por; : 8.33 %; : 87.24 %; Ener. z T: 2.02 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 3862.55 mg;	Wartość energetyczna: 2352.51 kcal; Białko ogółem: 91.44 g; Tłuszcz: 68.98 g; Kw. tł. nasy.: 29.32 g; Węglowodany ogółem: 353.99 g; W tym cukry: 104.51 g; Błonnik pok.: 27.88 g; Sól: 6.52 g; WW: 32.57 Por; : 15.55 %; : 55.45 %; Ener. z T: 26.39 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 3862.55 mg;	Wartość energetyczna: 2247.13 kcal; Białko ogółem: 91.80 g; Tłuszcz: 67.62 g; Kw. tł. nasy.: 33.20 g; Węglowodany ogółem: 332.43 g; W tym cukry: 91.52 g; Błonnik pok.: 30.23 g; Sól: 6.85 g; WW: 30.35 Por; : 16.34 %; : 53.79 %; Ener. z T: 27.08 %; Ener. z Bł.: 2.69 %; K: 4393.48 mg;
2024-03-09 sobota	Śniadanie Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 80 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Galaretko o smaku truskawkowym 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 80 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Galaretko o smaku truskawkowym 150 g	Kleik z kaszy manny na wodzie 250 ml (<u>GLU PSZ.</u>)	Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 80 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pasta z twarogu z dżemem truskawkowym 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 80 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Papka Śn - STAR () 400 ml (<u>JAJ, MLE, SEL.</u>)	Kleik ryżowo-marchwiowy 350 ml Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pasta warzywna* 80 g (<u>SEL.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 80 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Galaretko o smaku truskawkowym 150 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-10 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- IIIA Kleikowa	STAR- IIIB Pooperacyjna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- IX Płynna	STAR- X Ryżowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	
II SN						Kiwi 1 szt 1 szt					
	Obiad Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza gryczana 200 g Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wieprzowy-dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kleik z kaszy manny na wodzie 250 ml (<u>GLU PSZ.</u>)	Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wieprzowy-dieta 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami (*) 300 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 z/c 250 ml	Papka Ob - STAR () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>)	Kleik ryżowo-marchwiowy 350 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wieprzowy-dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane () 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wieprzowy-dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)			Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE</u>)			Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)				
	Kolacja Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Kleik z kaszy manny na wodzie 250 ml (<u>GLU PSZ.</u>)	Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Papka Kol - STAR () 400 ml (<u>JAJ, MLE, SEL.</u>)	Kleik ryżowo-marchwiowy 350 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE</u>) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	
PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt			Sok przecierowy Kubus 0,3L 1 szt				
	Wartość energetyczna: 2253.64 kcal; Białko ogółem: 91.87 g; Tłuszcz: 79.17 g; Kw. tł. nasy.: 22.87 g; Węglowodany ogółem: 308.02 g; W tym cukry: 57.62 g; Błonnik pok.: 30.77 g; Sól: 8.96 g; WW: 27.72 Por; : 16.31 %; : 49.21 %; Ener. z T: 31.62 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 3554.44 mg;	Wartość energetyczna: 2089.70 kcal; Białko ogółem: 88.93 g; Tłuszcz: 61.07 g; Kw. tł. nasy.: 22.82 g; Węglowodany ogółem: 310.19 g; W tym cukry: 66.71 g; Błonnik pok.: 28.81 g; Sól: 8.39 g; WW: 28.17 Por; : 17.02 %; : 53.86 %; Ener. z T: 26.30 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K: 3908.95 mg;	Wartość energetyczna: 528.00 kcal; Białko ogółem: 14.25 g; Tłuszcz: 1.95 g; Kw. tł. nasy.: 0.27 g; Węglowodany ogółem: 115.05 g; W tym cukry: 0.15 g; Błonnik pok.: 3.75 g; Sól: 0.30 g; WW: 11.10 Por; : 10.80 %; : 84.32 %; Ener. z T: 3.32 %; Ener. z Bł.: 1.42 %; K: 174.00 mg;	Wartość energetyczna: 660.75 kcal; Białko ogółem: 18.85 g; Tłuszcz: 10.05 g; Kw. tł. nasy.: 0.36 g; Węglowodany ogółem: 124.25 g; W tym cukry: 0.38 g; Błonnik pok.: 4.65 g; Sól: 0.59 g; WW: 11.98 Por; : 11.41 %; : 72.40 %; Ener. z T: 13.69 %; Ener. z Bł.: 1.41 %; K: 246.00 mg;	Wartość energetyczna: 2435.29 kcal; Białko ogółem: 115.32 g; Tłuszcz: 80.34 g; Kw. tł. nasy.: 32.31 g; Węglowodany ogółem: 331.55 g; W tym cukry: 73.86 g; Błonnik pok.: 38.43 g; Sól: 8.87 g; WW: 29.41 Por; : 18.94 %; : 48.15 %; Ener. z T: 29.69 %; Ener. z Bł.: 3.16 %; K: 4253.11 mg;	Wartość energetyczna: 1829.14 kcal; Białko ogółem: 86.51 g; Tłuszcz: 70.52 g; Kw. tł. nasy.: 21.38 g; Węglowodany ogółem: 229.57 g; W tym cukry: 34.54 g; Błonnik pok.: 35.23 g; Sól: 8.12 g; WW: 19.48 Por; : 18.92 %; : 42.50 %; Ener. z T: 34.70 %; Ener. z Bł.: 3.85 %; K: 3567.70 mg;	Wartość energetyczna: 1261.55 kcal; Białko ogółem: 41.50 g; Tłuszcz: 52.71 g; Kw. tł. nasy.: 17.94 g; Węglowodany ogółem: 163.67 g; W tym cukry: 12.75 g; Błonnik pok.: 14.75 g; Sól: 3.02 g; WW: 14.90 Por; : 13.16 %; : 47.22 %; Ener. z T: 37.60 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 1819.55 mg;	Wartość energetyczna: 547.20 kcal; Białko ogółem: 11.40 g; Tłuszcz: 1.23 g; Kw. tł. nasy.: 0.27 g; Węglowodany ogółem: 126.18 g; W tym cukry: 4.80 g; Błonnik pok.: 6.84 g; Sól: 0.51 g; WW: 12.00 Por; : 8.33 %; : 87.24 %; Ener. z T: 2.02 %; Ener. z Bł.: 2.50 %; K: 420.30 mg;	Wartość energetyczna: 2363.62 kcal; Białko ogółem: 95.73 g; Tłuszcz: 73.53 g; Kw. tł. nasy.: 27.58 g; Węglowodany ogółem: 343.59 g; W tym cukry: 80.17 g; Błonnik pok.: 28.51 g; Sól: 7.68 g; WW: 31.51 Por; : 16.20 %; : 53.32 %; Ener. z T: 28.00 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 3834.99 mg;	Wartość energetyczna: 2223.60 kcal; Białko ogółem: 88.99 g; Tłuszcz: 70.40 g; Kw. tł. nasy.: 24.27 g; Węglowodany ogółem: 316.90 g; W tym cukry: 88.17 g; Błonnik pok.: 26.61 g; Sól: 5.31 g; WW: 29.09 Por; : 16.01 %; : 52.22 %; Ener. z T: 28.49 %; Ener. z Bł.: 2.39 %; K: 3514.83 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-10 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- IIIA Kleikowa	STAR- IIIB Pooperacyjna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- IX Płynna	STAR- X Ryzowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	
2024-03-10 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 80 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Połudwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Połudwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ.</u>)	Kleik z kaszy manny na wodzie 250 ml (<u>GLU PSZ.</u>)	Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 60 g Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Połudwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 80 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Papka Śn - STAR () 400 ml (<u>JAJ, MLE, SEL.</u>)	Kleik ryżowo-marchwiowy 350 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 60 g Mus z jabłek () z/c 150 g	Bułka pszenna długa krojona 80 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 Jabłko 150 g
		II ŚN					Jabłko 150 g				
		Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Surówka Colesław 200 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) 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	Kleik z kaszy manny na wodzie 250 ml (<u>GLU PSZ.</u>)	Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/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 * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 100 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Surówka Colesław b/c 200 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Papka Ob - STAR () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>)	Kleik ryżowo-marchwiowy 350 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* 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>)				Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>)					Bułka pszenna długa krojona 25 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>)	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-10 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- IIIA Kleikowa	STAR- IIIB Pooperacyjna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- IX Płynna	STAR- X Ryzowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	
2024-03-10 niedziela	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (<u>MLE.</u>) Papryka konserwowa 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Kleik z kaszy manny na wodzie 250 ml (<u>GLU PSZ.</u>)	Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (<u>MLE.</u>) Papryka konserwowa 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Papka Kol- STAR () 400 ml (<u>JAJ, MLE, SEL.</u>)	Kleik ryżowo-marchwiowy 350 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt					Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2332.26 kcal; Białko ogółem: 112.94 g; Tłuszcz: 88.98 g; Kw. tł. nasy.: 37.83 g; Węglowodany ogółem: 282.48 g; W tym cukry: 60.58 g; Błonnik pok.: 29.54 g; Sól: 7.73 g; WW: 25.41 Por; : 19.37 %; : 43.38 %; Ener. z T: 34.34 %; Ener. z Bł.: 2.53 %; K: 3812.05 mg;	Wartość energetyczna: 2320.11 kcal; Białko ogółem: 120.75 g; Tłuszcz: 81.61 g; Kw. tł. nasy.: 37.06 g; Węglowodany ogółem: 287.83 g; W tym cukry: 53.96 g; Błonnik pok.: 28.48 g; Sól: 6.80 g; WW: 25.99 Por; : 20.82 %; : 44.71 %; Ener. z T: 31.66 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 4369.33 mg;	Wartość energetyczna: 528.00 kcal; Białko ogółem: 14.25 g; Tłuszcz: 1.95 g; Kw. tł. nasy.: 0.27 g; Węglowodany ogółem: 0.15 g; Błonnik pok.: 3.75 g; Sól: 0.30 g; WW: 11.10 Por; : 10.80 %; : 84.32 %; Ener. z T: 3.32 %; Ener. z Bł.: 1.42 %; K: 174.00 mg;	Wartość energetyczna: 660.75 kcal; Białko ogółem: 18.85 g; Tłuszcz: 10.05 g; Kw. tł. nasy.: 0.36 g; Węglowodany ogółem: 0.38 g; Błonnik pok.: 4.65 g; Sól: 0.59 g; WW: 11.98 Por; : 11.41 %; : 72.40 %; Ener. z T: 13.69 %; Ener. z Bł.: 1.41 %; K: 246.00 mg;	Wartość energetyczna: 2660.37 kcal; Białko ogółem: 136.89 g; Tłuszcz: 107.39 g; Kw. tł. nasy.: 51.18 g; Węglowodany ogółem: 302.78 g; W tym cukry: 53.72 g; Błonnik pok.: 33.54 g; Sól: 9.88 g; WW: 27.01 Por; : 20.58 %; : 40.48 %; Ener. z T: 36.33 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 4491.67 mg;	Wartość energetyczna: 1795.24 kcal; Białko ogółem: 98.20 g; Tłuszcz: 72.48 g; Kw. tł. nasy.: 27.89 g; Węglowodany ogółem: 202.20 g; W tym cukry: 35.61 g; Błonnik pok.: 33.02 g; Sól: 5.69 g; WW: 17.00 Por; : 21.88 %; : 37.70 %; Ener. z T: 36.34 %; Ener. z Bł.: 3.68 %; K: 3289.12 mg;	Wartość energetyczna: 1261.55 kcal; Białko ogółem: 41.50 g; Tłuszcz: 52.71 g; Kw. tł. nasy.: 17.94 g; Węglowodany ogółem: 163.67 g; W tym cukry: 12.75 g; Błonnik pok.: 14.75 g; Sól: 3.02 g; WW: 14.90 Por; : 13.16 %; : 47.22 %; Ener. z T: 37.60 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 1819.55 mg;	Wartość energetyczna: 547.20 kcal; Białko ogółem: 11.40 g; Tłuszcz: 1.23 g; Kw. tł. nasy.: 0.27 g; Węglowodany ogółem: 126.18 g; W tym cukry: 4.80 g; Błonnik pok.: 6.84 g; Sól: 0.51 g; WW: 12.00 Por; : 8.33 %; : 87.24 %; Ener. z T: 2.02 %; Ener. z Bł.: 2.50 %; K: 420.30 mg;	Wartość energetyczna: 2458.23 kcal; Białko ogółem: 118.86 g; Tłuszcz: 80.41 g; Kw. tł. nasy.: 34.71 g; Węglowodany ogółem: 327.08 g; W tym cukry: 72.70 g; Błonnik pok.: 25.34 g; Sól: 5.46 g; WW: 30.17 Por; : 19.34 %; : 49.10 %; Ener. z T: 29.44 %; Ener. z Bł.: 2.06 %; K: 4157.06 mg;	Wartość energetyczna: 2205.99 kcal; Białko ogółem: 110.68 g; Tłuszcz: 75.63 g; Kw. tł. nasy.: 33.60 g; Węglowodany ogółem: 280.46 g; W tym cukry: 67.03 g; Błonnik pok.: 22.57 g; Sól: 5.30 g; WW: 25.81 Por; : 20.07 %; : 46.76 %; Ener. z T: 30.86 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 4307.08 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-10 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna	
2024-03-04 poniedziałek	Sniadanie	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 ŻYT.) 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,parzonyw 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 ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 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.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw 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,parzonyw osłonce niejadalnej 80 g (SOJ.) Pomidor 100 g Mandarynka 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 80 g (SOJ.) Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 80 g (SOJ.) Pomidor 100 g Mandarynka 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	
	II ŚN						Mandarynka 150 g			
	Obiad	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 () 200 g (MLE.) 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	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 () 200 g Kompot owocowy* b/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	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)			Chrupki kukurydziane 25 g	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)		
Kolacja	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 ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 80 g (RYB, 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 i ryby got.(miruna) z koperkiem 80 g (RYB, MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	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.) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 80 g (SEL.) Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU 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 Połędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 80 g (SOJ, MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Połędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 80 g (SOJ, MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 80 g (RYB, MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-10 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna					
2024-03-04 poniedziałek	PN													
	Mus owocowo-warzynny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt													
2024-03-05 wtorek	Śniadanie													
	<p>Wartość energetyczna: 1862.21 kcal; Białko ogółem: 64.35 g; Tłuszcz: 43.56 g; Kw. tł. nasy.: 19.21 g; Węglowodany ogółem: 314.25 g; W tym cukry: 92.83 g; Błonnik pok.: 32.95 g; Sól: 5.19 g; WW: 28.14 Por; : 13.82 %; : 60.42 %; Ener. z T: 21.05 %; Ener. z Bł.: 3.54 %; K: 3834.67 mg;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2226.12 kcal; Białko ogółem: 90.49 g; Tłuszcz: 61.90 g; Kw. tł. nasy.: 36.65 g; Węglowodany ogółem: 339.02 g; W tym cukry: 101.04 g; Błonnik pok.: 31.53 g; Sól: 4.24 g; WW: 30.78 Por; : 16.26 %; : 55.25 %; Ener. z T: 25.03 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 3949.10 mg;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2087.44 kcal; Białko ogółem: 72.85 g; Tłuszcz: 72.05 g; Kw. tł. nasy.: 28.18 g; Węglowodany ogółem: 295.21 g; W tym cukry: 81.90 g; Błonnik pok.: 25.03 g; Sól: 4.92 g; WW: 27.01 Por; : 13.96 %; : 51.77 %; Ener. z T: 31.06 %; Ener. z Bł.: 2.40 %; K: 4378.71 mg;</p>	<p>Wartość energetyczna: 1897.80 kcal; Białko ogółem: 58.23 g; Tłuszcz: 53.29 g; Kw. tł. nasy.: 24.59 g; Węglowodany ogółem: 309.79 g; W tym cukry: 87.75 g; Błonnik pok.: 30.69 g; Sól: 4.69 g; WW: 27.92 Por; : 12.27 %; : 58.83 %; Ener. z T: 25.27 %; Ener. z Bł.: 3.23 %; K: 3220.20 mg;</p>	<p>Wartość energetyczna: 1800.53 kcal; Białko ogółem: 50.74 g; Tłuszcz: 47.59 g; Kw. tł. nasy.: 23.50 g; Węglowodany ogółem: 306.53 g; W tym cukry: 76.81 g; Błonnik pok.: 31.42 g; Sól: 4.34 g; WW: 27.54 Por; : 11.27 %; : 61.12 %; Ener. z T: 23.79 %; Ener. z Bł.: 3.49 %; K: 3053.16 mg;</p>	<p>Wartość energetyczna: 1802.67 kcal; Białko ogółem: 63.67 g; Tłuszcz: 53.60 g; Kw. tł. nasy.: 23.03 g; Węglowodany ogółem: 276.97 g; W tym cukry: 91.31 g; Błonnik pok.: 30.71 g; Sól: 7.40 g; WW: 24.69 Por; : 14.13 %; : 54.63 %; Ener. z T: 26.76 %; Ener. z Bł.: 3.41 %; K: 3748.67 mg;</p>	<p>Wartość energetyczna: 1687.90 kcal; Białko ogółem: 62.60 g; Tłuszcz: 47.35 g; Kw. tł. nasy.: 18.90 g; Węglowodany ogółem: 267.97 g; W tym cukry: 68.09 g; Błonnik pok.: 40.74 g; Sól: 7.93 g; WW: 22.80 Por; : 14.84 %; : 53.85 %; Ener. z T: 25.25 %; Ener. z Bł.: 4.83 %; K: 3897.71 mg;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2242.11 kcal; Białko ogółem: 86.59 g; Tłuszcz: 73.45 g; Kw. tł. nasy.: 37.94 g; Węglowodany ogółem: 321.79 g; W tym cukry: 96.81 g; Błonnik pok.: 29.97 g; Sól: 6.30 g; WW: 29.23 Por; : 15.45 %; : 52.06 %; Ener. z T: 29.48 %; Ener. z Bł.: 2.67 %; K: 3917.59 mg;</p>	<p>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 wieprzowiny 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</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml 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</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 80 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 25 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. OZI. MLE. SEL. GOR. SEZ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. OZI. MLE. SEL. GOR. SEZ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. OZI. MLE. SEL. GOR. SEZ.) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>
							Gruszka 1szt. 150 g							
Obiad														
<p>Solferino (bez mleka)*() 400 ml (GLU PSZ. SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 70 g Dyńia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos szpinakowy* 50 ml (GLU PSZ.)</p>	<p>Pieczarkowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Makaron z warzywami* 300 g (GLU PSZ. MLE.) Szynka wieprzowa gotowana 70 g Dyńia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos szpinakowy* 50 ml (GLU PSZ.)</p>	<p>Solferino (bez glutenu)*() 400 ml (GLU PSZ. SEL.) Makaron bezglutenowy 200 g Szynka wieprzowa gotowana 70 g Dyńia duszona z olejem* (bez glutenu) 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos szpinakowy (bez glutenu)* 50 ml</p>	<p>Solferino * () 400 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Makaron z warzywami* 300 g (GLU PSZ. MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Solferino (bez mleka)*() 400 ml (GLU PSZ. SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 70 g Dyńia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos szpinakowy* 50 ml (GLU PSZ.)</p>	<p>Pieczarkowa z ziemniakami (bez mleka)*() 300 ml (GLU PSZ. SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 70 g Dyńia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Śurówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Sos szpinakowy* 50 ml (GLU PSZ.)</p>	<p>Solferino * () 400 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 70 g Dyńia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos szpinakowy* 50 ml (GLU PSZ.)</p>								

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-10 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna	
2024-03-05 wtorek	Kolacja	PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</u>)	Chleb bezglutenowy 25 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</u>)					
		Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Miód 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	
		PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt							
			Wartość energetyczna: 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 %; : 58.83 %; 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 %; : 56.58 %; Ener. z T: 27.59 %; Ener. z Bł.: 2.30 %; K: 3425.52 mg;	Wartość energetyczna: 2316.51 kcal; Białko ogółem: 79.43 g; Tłuszcz: 65.88 g; Kw. tł. nasy.: 25.99 g; Węglowodany ogółem: 352.07 g; W tym cukry: 100.67 g; Błonnik pok.: 14.98 g; Sól: 5.79 g; WW: 33.60 Por; : 13.72 %; : 58.21 %; Ener. z T: 19.16 %; Ener. z Bł.: 1.29 %; K: 3127.58 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 %; : 66.54 %; Ener. z T: 16.47 %; Ener. z Bł.: 2.25 %; K: 2022.87 mg;	Wartość energetyczna: 1861.05 kcal; Białko ogółem: 43.65 g; Tłuszcz: 34.06 g; Kw. tł. nasy.: 16.54 g; Węglowodany ogółem: 356.76 g; W tym cukry: 87.90 g; Błonnik pok.: 21.11 g; Sól: 4.17 g; WW: 33.62 Por; : 9.38 %; : 72.14 %; 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 %; : 57.67 %; 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 %; : 50.84 %; Ener. z T: 25.78 %; Ener. z Bł.: 4.28 %; K: 2862.00 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 %; : 58.43 %; Ener. z T: 22.83 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 3652.97 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-10 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna
2024-03-06 środa	Śniadanie	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SOJ.</u> , <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</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.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 30 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SOJ.</u> , <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Gruszka 1szt. 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE.</u> , <u>GLU ŻYT.</u> , <u>GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) 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 (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony w ostrońce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Dżem 30 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Dżem 30 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 80 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SOJ.</u> , <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 80 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SOJ.</u> , <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u>) Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt	
		II ŚN						Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ.</u>)	
		Obiad	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 70 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SEL.</u>) Buraczki oprószone () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Kotlety z buraka i kaszy jęczmieńnej 300 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>GLU JECZ.</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SEL.</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (<u>MLE.</u> , <u>SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 70 g (<u>JAJ.</u>) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 50 ml (<u>SEL.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SEL.</u>) Buraczki oprószone () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 70 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SEL.</u>) Buraczki oprószone () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 70 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SEL.</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 70 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SEL.</u>) Buraczki oprószone () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
PD	Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>SOJ.</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)			Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>SOJ.</u>)				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-10 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna	
2024-03-06 środa	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) 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.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) 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 więprzowych 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 ŻYT.) 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.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 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.) 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.) 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.) Paszтет z soczewicy * 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	
	PN	Mus jabłkowo-morelowy 200g 1 szt								
	Wartość energetyczna: 1928.72 kcal; Białko ogółem: 70.39 g; Tłuszcz: 44.87 g; Kw. tł. nasy.: 23.37 g; Węglowodany ogółem: 324.29 g; W tym cukry: 81.67 g; Błonnik pok.: 22.97 g; Sól: 6.74 g; WW: 30.04 Por; : 14.60 %; : 62.49 %; Ener. z T: 20.94 %; Ener. z Bł.: 2.38 %; K: 3352.39 mg;	Wartość energetyczna: 2829.41 kcal; Białko ogółem: 88.66 g; Tłuszcz: 103.09 g; Kw. tł. nasy.: 38.16 g; Węglowodany ogółem: 405.58 g; W tym cukry: 106.49 g; Błonnik pok.: 36.26 g; Sól: 8.75 g; WW: 36.89 Por; : 12.53 %; : 52.21 %; Ener. z T: 32.79 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 4340.76 mg;	Wartość energetyczna: 2095.64 kcal; Białko ogółem: 67.13 g; Tłuszcz: 63.79 g; Kw. tł. nasy.: 27.10 g; Węglowodany ogółem: 322.25 g; W tym cukry: 99.94 g; Błonnik pok.: 19.85 g; Sól: 4.14 g; WW: 30.21 Por; : 12.81 %; : 57.72 %; Ener. z T: 27.39 %; Ener. z Bł.: 1.89 %; K: 3812.85 mg;	Wartość energetyczna: 1803.99 kcal; Białko ogółem: 45.28 g; Tłuszcz: 33.18 g; Kw. tł. nasy.: 16.73 g; Węglowodany ogółem: 346.38 g; W tym cukry: 99.93 g; Błonnik pok.: 27.25 g; Sól: 4.58 g; WW: 31.87 Por; : 10.04 %; : 70.76 %; Ener. z T: 16.55 %; Ener. z Bł.: 3.02 %; K: 3028.93 mg;	Wartość energetyczna: 1880.14 kcal; Białko ogółem: 45.93 g; Tłuszcz: 39.94 g; Kw. tł. nasy.: 21.16 g; Węglowodany ogółem: 350.11 g; W tym cukry: 102.75 g; Błonnik pok.: 28.17 g; Sól: 4.61 g; WW: 32.15 Por; : 9.77 %; : 68.49 %; Ener. z T: 19.12 %; Ener. z Bł.: 3.00 %; K: 3300.92 mg;	Wartość energetyczna: 1906.68 kcal; Białko ogółem: 68.50 g; Tłuszcz: 44.51 g; Kw. tł. nasy.: 23.45 g; Węglowodany ogółem: 321.16 g; W tym cukry: 100.77 g; Błonnik pok.: 22.49 g; Sól: 6.57 g; WW: 29.77 Por; : 14.37 %; : 62.66 %; Ener. z T: 21.01 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 3326.66 mg;	Wartość energetyczna: 1946.40 kcal; Białko ogółem: 71.72 g; Tłuszcz: 60.78 g; Kw. tł. nasy.: 20.42 g; Węglowodany ogółem: 297.19 g; W tym cukry: 51.65 g; Błonnik pok.: 35.83 g; Sól: 9.19 g; WW: 26.12 Por; : 14.74 %; : 53.71 %; Ener. z T: 28.10 %; Ener. z Bł.: 3.68 %; K: 3526.89 mg;	Wartość energetyczna: 2185.27 kcal; Białko ogółem: 84.89 g; Tłuszcz: 51.04 g; Kw. tł. nasy.: 26.78 g; Węglowodany ogółem: 361.90 g; W tym cukry: 101.00 g; Błonnik pok.: 28.28 g; Sól: 6.49 g; WW: 33.31 Por; : 15.54 %; : 61.07 %; Ener. z T: 21.02 %; Ener. z Bł.: 2.59 %; K: 3764.96 mg;		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-10 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna
2024-03-07 czwartek	Sniadanie	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	
		II ŚN					Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (<u>SOJ.</u>)		
Obiad	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU 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	Barszcz biały z ziemniakami ()* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Risotto 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 () 200 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez glutenu) () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 400 g (<u>SEL.</u>) Sos pomidorowy (bez glutenu) 50 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, 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 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 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) () 300 ml (<u>GLU 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	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, 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	
	PD		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml			Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-10 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna
2024-03-07 czwartek	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałatka jarzynowa z olejem () 80 g (SEL.) 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.) Ser żółty 60 g (MLE.) Sałatka jarzynowa () 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa-produkt ostonce niejadalnej 80 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE, SEL.) 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.) Dżem 60 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE, SEL.) 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.) Śniadaniowa drobiowa-produkt ostonce niejadalnej 80 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa z olejem () 80 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa-produkt ostonce niejadalnej 80 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa z olejem () 80 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa-produkt ostonce niejadalnej 80 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa z olejem () 80 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt							
		Wartość energetyczna: 2236.23 kcal; Białko ogółem: 74.48 g; Tłuszcz: 70.14 g; Kw. tł. nasy.: 22.27 g; Węglowodany ogółem: 337.41 g; W tym cukry: 89.12 g; Błonnik pok.: 21.80 g; Sól: 5.99 g; WW: 31.55 Por; : 13.32 %; : 56.45 %; Ener. z T: 28.23 %; Ener. z Bł.: 1.95 %; K: 3681.97 mg;	Wartość energetyczna: 2332.62 kcal; Białko ogółem: 67.43 g; Tłuszcz: 75.59 g; Kw. tł. nasy.: 33.32 g; Węglowodany ogółem: 365.18 g; W tym cukry: 99.94 g; Błonnik pok.: 40.17 g; Sól: 6.08 g; WW: 32.63 Por; : 11.56 %; : 55.73 %; Ener. z T: 29.16 %; Ener. z Bł.: 3.44 %; K: 3837.22 mg;	Wartość energetyczna: 2419.36 kcal; Białko ogółem: 67.98 g; Tłuszcz: 87.29 g; Kw. tł. nasy.: 27.41 g; Węglowodany ogółem: 345.20 g; W tym cukry: 91.25 g; Błonnik pok.: 19.24 g; Sól: 4.09 g; WW: 32.64 Por; : 11.24 %; : 53.89 %; Ener. z T: 32.47 %; Ener. z Bł.: 1.59 %; K: 3671.42 mg;	Wartość energetyczna: 1912.53 kcal; Białko ogółem: 41.08 g; Tłuszcz: 43.21 g; Kw. tł. nasy.: 14.15 g; Węglowodany ogółem: 114.16 g; Błonnik pok.: 27.13 g; Sól: 4.06 g; WW: 32.39 Por; : 8.59 %; : 67.81 %; Ener. z T: 20.33 %; Ener. z Bł.: 2.84 %; K: 3544.56 mg;	Wartość energetyczna: 1895.53 kcal; Białko ogółem: 40.44 g; Tłuszcz: 42.01 g; Kw. tł. nasy.: 14.03 g; Węglowodany ogółem: 113.67 g; Błonnik pok.: 27.13 g; Sól: 4.04 g; WW: 32.30 Por; : 8.53 %; : 68.23 %; Ener. z T: 19.94 %; Ener. z Bł.: 2.86 %; K: 3530.46 mg;	Wartość energetyczna: 2388.71 kcal; Białko ogółem: 75.67 g; Tłuszcz: 81.55 g; Kw. tł. nasy.: 25.90 g; Węglowodany ogółem: 351.31 g; W tym cukry: 89.34 g; Błonnik pok.: 26.96 g; Sól: 7.35 g; WW: 32.49 Por; : 12.67 %; : 54.32 %; Ener. z T: 30.73 %; Ener. z Bł.: 2.26 %; K: 3832.47 mg;	Wartość energetyczna: 2075.70 kcal; Białko ogółem: 75.74 g; Tłuszcz: 77.45 g; Kw. tł. nasy.: 24.57 g; Węglowodany ogółem: 294.47 g; W tym cukry: 38.84 g; Błonnik pok.: 50.47 g; Sól: 8.36 g; WW: 24.50 Por; : 14.60 %; : 47.02 %; Ener. z T: 33.58 %; Ener. z Bł.: 4.86 %; K: 3879.25 mg;	Wartość energetyczna: 2423.74 kcal; Białko ogółem: 82.16 g; Tłuszcz: 80.75 g; Kw. tł. nasy.: 27.96 g; Węglowodany ogółem: 353.70 g; W tym cukry: 93.82 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 6.03 g; WW: 32.70 Por; : 13.56 %; : 53.85 %; Ener. z T: 29.99 %; Ener. z Bł.: 2.26 %; K: 4007.78 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-10 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna	
2024-03-08 piątek	Śniadanie	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 Salata 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 (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona a 30 g (<u>SOJ, MLE, GLU OW.</u>)	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 ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 40 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Dżem 25 g 1 szt Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 25 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>)	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 40 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Dżem 25 g 1 szt Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 25 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 40 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)	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 ŻYT.</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 ŻYT.</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 ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona a 50 g (<u>SOJ, MLE, GLU OW.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 80 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	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 ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 40 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 20 g Mandarynka 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona a 50 g (<u>SOJ, MLE, GLU OW.</u>)	
		II ŚN						Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona a 50 g (<u>SOJ, MLE, GLU OW.</u>)		
		Obiad	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* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Kotlety sojowe 100 g (<u>SOJ.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez glutenu)* 400 ml (<u>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* 400 ml (<u>GLU 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)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 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	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 100 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	
PD	Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g	Surówka z marchwi i jabłka () 150 g (<u>MLE.</u>)		Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g		Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 200 g	Surówka z marchwi i jabłka () 150 g (<u>MLE.</u>)			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-10 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna	
2024-03-08 piątek	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ. , 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 ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g (JAJ. , GOR.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ. , MLE.) 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.) Pasta z białek z koperkiem 30 g (JAJ. , MLE.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z białek z koperkiem 30 g (JAJ. , 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 ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ. , MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	
	PN	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (SOJ.)	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.)		Wafle ryżowe 30 g	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (SOJ.)	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.)			
	Wartość energetyczna: 2052.94 kcal; Białko ogółem: 81.15 g; Tłuszcz: 58.93 g; Kw. tł. nasy.: 24.60 g; Węglowodany ogółem: 313.20 g; W tym cukry: 86.29 g; Błonnik pok.: 28.56 g; Sól: 6.82 g; WW: 28.52 Por.; : 15.81 %; : 55.46 %; Ener. z T: 25.84 %; Ener. z Bł.: 2.78 %; K: 3873.78 mg;	Wartość energetyczna: 2499.25 kcal; Białko ogółem: 101.17 g; Tłuszcz: 82.88 g; Kw. tł. nasy.: 42.34 g; Węglowodany ogółem: 90.46 g; W tym cukry: 41.78 g; Sól: 6.89 g; WW: 31.11 Por.; : 16.19 %; : 49.61 %; Ener. z T: 29.85 %; Ener. z Bł.: 3.34 %; K: 4171.79 mg;	Wartość energetyczna: 2298.36 kcal; Białko ogółem: 71.18 g; Tłuszcz: 75.31 g; Kw. tł. nasy.: 32.34 g; Węglowodany ogółem: 341.99 g; W tym cukry: 89.89 g; Błonnik pok.: 25.78 g; Sól: 4.81 g; WW: 31.70 Por.; : 12.39 %; : 55.03 %; Ener. z T: 29.49 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 4097.10 mg;	Wartość energetyczna: 1894.41 kcal; Białko ogółem: 51.90 g; Tłuszcz: 47.67 g; Kw. tł. nasy.: 22.93 g; Węglowodany ogółem: 73.26 g; Błonnik pok.: 26.48 g; Sól: 6.09 g; WW: 29.88 Por.; : 10.96 %; : 62.93 %; Ener. z T: 22.64 %; Ener. z Bł.: 2.80 %; K: 1910.88 mg;	Wartość energetyczna: 2190.90 kcal; Białko ogółem: 56.80 g; Tłuszcz: 49.81 g; Kw. tł. nasy.: 20.58 g; Węglowodany ogółem: 96.64 g; Błonnik pok.: 30.48 g; Sól: 6.57 g; WW: 36.10 Por.; : 10.37 %; : 65.75 %; Ener. z T: 20.46 %; Ener. z Bł.: 2.78 %; K: 2509.69 mg;	Wartość energetyczna: 2045.19 kcal; Białko ogółem: 75.58 g; Tłuszcz: 56.00 g; Kw. tł. nasy.: 23.72 g; Węglowodany ogółem: 325.65 g; W tym cukry: 85.67 g; Błonnik pok.: 33.69 g; Sól: 7.03 g; WW: 29.33 Por.; : 14.78 %; : 57.10 %; Ener. z T: 24.64 %; Ener. z Bł.: 3.29 %; K: 3941.74 mg;	Wartość energetyczna: 1561.91 kcal; Białko ogółem: 73.21 g; Tłuszcz: 48.97 g; Kw. tł. nasy.: 19.45 g; Węglowodany ogółem: 226.29 g; W tym cukry: 45.46 g; Błonnik pok.: 40.62 g; Sól: 7.72 g; WW: 18.59 Por.; : 18.75 %; : 47.55 %; Ener. z T: 28.22 %; Ener. z Bł.: 5.20 %; K: 3849.35 mg;	Wartość energetyczna: 2289.53 kcal; Białko ogółem: 92.95 g; Tłuszcz: 67.91 g; Kw. tł. nasy.: 33.29 g; Węglowodany ogółem: 343.84 g; W tym cukry: 91.41 g; Błonnik pok.: 35.25 g; Sól: 7.26 g; WW: 30.98 Por.; : 16.24 %; : 53.91 %; Ener. z T: 26.70 %; Ener. z Bł.: 3.08 %; K: 4626.48 mg;		
2024-03-09 sobota	Śniadanie	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 80 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Galaretko o smaku truskawkowym 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Hummus 60 g (SEZ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Galaretko o smaku truskawkowym 150 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 80 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Galaretko o smaku truskawkowym 150 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.) Pasta warzywna* 60 g (SEL.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Galaretko o smaku truskawkowym 150 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.) Pasta warzywna* 60 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Galaretko o smaku truskawkowym 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 80 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Galaretko o smaku truskawkowym 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 80 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 80 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Galaretko o smaku truskawkowym 150 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-10 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna
ISN							Kiwi 1 szt 1 szt		
Obiad	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.) Ryz 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	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	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml (SEL.) Kasza gryczana 100 g Gulasz wieprzowy-dieta 150 g (GLU PSZ.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami (*) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Gulasz wieprzowy-dieta 150 g (GLU PSZ.) Salatka 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.) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaki gotowane () 200 g
PD	Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)			Chleb razowy żytnio-pszeniczny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka z indykami prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (SOJ.)		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	
Kolacja	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-pszeniczny 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 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.) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 25 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 25 g (SOJ.) 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-pszeniczny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	
PN	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt				
	Wartość energetyczna: 2113.07 kcal; Białko ogółem: 85.50 g; Tłuszcz: 58.16 g; Kw. tł. nasy.: 21.47 g; Węglowodany ogółem: 320.50 g; W tym cukry: 78.73 g; Błonnik pok.: 26.95 g; Sól: 5.10 g; WW: 29.43 Por; : 16.18 %; : 55.57 %; Ener. z T: 24.77 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 3444.18 mg;	Wartość energetyczna: 2188.68 kcal; Białko ogółem: 78.83 g; Tłuszcz: 65.17 g; Kw. tł. nasy.: 20.75 g; Węglowodany ogółem: 327.48 g; W tym cukry: 65.15 g; Błonnik pok.: 27.48 g; Sól: 4.73 g; WW: 29.98 Por; : 14.41 %; : 54.83 %; Ener. z T: 26.80 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 2548.24 mg;	Wartość energetyczna: 2147.01 kcal; Białko ogółem: 71.18 g; Tłuszcz: 71.14 g; Kw. tł. nasy.: 26.10 g; Węglowodany ogółem: 311.44 g; W tym cukry: 63.93 g; Błonnik pok.: 17.85 g; Sól: 6.25 g; WW: 29.41 Por; : 13.26 %; : 54.70 %; Ener. z T: 29.82 %; Ener. z Bł.: 1.66 %; K: 3460.45 mg;	Wartość energetyczna: 1995.97 kcal; Białko ogółem: 67.43 g; Tłuszcz: 46.17 g; Kw. tł. nasy.: 16.75 g; Węglowodany ogółem: 339.76 g; W tym cukry: 85.06 g; Błonnik pok.: 32.47 g; Sól: 4.57 g; WW: 30.76 Por; : 13.51 %; : 61.58 %; Ener. z T: 20.82 %; Ener. z Bł.: 3.25 %; K: 3268.62 mg;	Wartość energetyczna: 1917.78 kcal; Białko ogółem: 68.40 g; Tłuszcz: 46.41 g; Kw. tł. nasy.: 16.89 g; Węglowodany ogółem: 321.80 g; W tym cukry: 62.97 g; Błonnik pok.: 31.13 g; Sól: 5.18 g; WW: 29.10 Por; : 14.27 %; : 60.63 %; Ener. z T: 21.78 %; Ener. z Bł.: 3.25 %; K: 3783.55 mg;	Wartość energetyczna: 1935.62 kcal; Białko ogółem: 80.06 g; Tłuszcz: 57.46 g; Kw. tł. nasy.: 16.96 g; Węglowodany ogółem: 286.10 g; W tym cukry: 58.85 g; Błonnik pok.: 22.93 g; Sól: 7.35 g; WW: 26.35 Por; : 16.55 %; : 54.38 %; Ener. z T: 26.72 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 3398.15 mg;	Wartość energetyczna: 1817.66 kcal; Białko ogółem: 84.19 g; Tłuszcz: 70.11 g; Kw. tł. nasy.: 20.86 g; Węglowodany ogółem: 230.24 g; W tym cukry: 33.58 g; Błonnik pok.: 35.23 g; Sól: 8.84 g; WW: 19.55 Por; : 18.53 %; : 42.91 %; Ener. z T: 34.72 %; Ener. z Bł.: 3.88 %; K: 3533.80 mg;	Wartość energetyczna: 2089.70 kcal; Białko ogółem: 88.93 g; Tłuszcz: 61.07 g; Kw. tł. nasy.: 22.82 g; Węglowodany ogółem: 310.19 g; W tym cukry: 66.71 g; Błonnik pok.: 28.81 g; Sól: 8.39 g; WW: 28.17 Por; : 17.02 %; : 53.86 %; Ener. z T: 26.30 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K: 3908.95 mg;	Wartość energetyczna: 252.30 kcal; Białko ogółem: 5.51 g; Tłuszcz: 0.29 g; Kw. tł. nasy.: 0.03 g; Węglowodany ogółem: 59.45 g; W tym cukry: 0.87 g; Błonnik pok.: 4.64 g; Sól: 0.54 g; WW: 5.51 Por; : 6.74 %; : 86.90 %; Ener. z T: 1.03 %; Ener. z Bł.: 3.68 %; K: 1423.90 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-10 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna	
2024-03-10 niedziela	Śniadanie	Bułka pszenna długa krojona 80 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 Jabłko 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>)	Chleb bezglutenowy 100 g 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	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 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 ŻYT.</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	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 80 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g		
		II ŚN					Jabłko 150 g			
		Obiad	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	Jarzynowa z makaronem *-podstawa 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 200 g Kotlety sojowe 100 g (<u>SOJ.</u>) Surówka Coleslaw 200 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem (bez glutenu)* 400 ml (<u>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>) 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 * 300 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	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	
PD	Bułka pszenna długa krojona 25 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw ostonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</u>)	Chleb bezglutenowy 25 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw ostonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw ostonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>)						

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-10 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna	
2024-03-10 niedziela	Kolacja	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	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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 Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</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 ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Sniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Pomidor 80 g
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt								
		Wartość energetyczna: 2194.30 kcal; Białko ogółem: 90.83 g; Tłuszcz: 68.76 g; Kw. tł. nasy.: 29.78 g; Węglowodany ogółem: 312.98 g; W tym cukry: 107.24 g; Błonnik pok.: 24.11 g; Sól: 4.78 g; WW: 28.87 Por; : 16.56 %; : 52.66 %; Ener. z T: 28.20 %; Ener. z Bł.: 2.20 %; K: 4510.61 mg;	Wartość energetyczna: 2288.44 kcal; Białko ogółem: 86.17 g; Tłuszcz: 68.62 g; Kw. tł. nasy.: 34.28 g; Węglowodany ogółem: 343.91 g; W tym cukry: 96.21 g; Błonnik pok.: 39.54 g; Sól: 5.92 g; WW: 30.53 Por; : 15.06 %; : 53.20 %; Ener. z T: 26.99 %; Ener. z Bł.: 3.46 %; K: 3297.96 mg;	Wartość energetyczna: 2193.98 kcal; Białko ogółem: 94.45 g; Tłuszcz: 81.32 g; Kw. tł. nasy.: 31.66 g; Węglowodany ogółem: 276.00 g; W tym cukry: 57.62 g; Błonnik pok.: 19.48 g; Sól: 3.40 g; WW: 25.63 Por; : 17.22 %; : 46.77 %; Ener. z T: 33.36 %; Ener. z Bł.: 1.78 %; K: 3859.68 mg;	Wartość energetyczna: 1795.66 kcal; Białko ogółem: 49.77 g; Tłuszcz: 39.34 g; Kw. tł. nasy.: 18.20 g; Węglowodany ogółem: 318.50 g; W tym cukry: 77.10 g; Błonnik pok.: 24.03 g; Sól: 6.29 g; WW: 29.39 Por; : 11.09 %; : 65.60 %; Ener. z T: 19.72 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 1914.11 mg;	Wartość energetyczna: 1903.06 kcal; Białko ogółem: 55.59 g; Tłuszcz: 42.51 g; Kw. tł. nasy.: 20.03 g; Węglowodany ogółem: 332.58 g; W tym cukry: 86.89 g; Błonnik pok.: 25.07 g; Sól: 6.45 g; WW: 30.72 Por; : 11.68 %; : 64.63 %; Ener. z T: 20.11 %; Ener. z Bł.: 2.63 %; K: 2354.54 mg;	Wartość energetyczna: 2156.14 kcal; Białko ogółem: 93.46 g; Tłuszcz: 69.24 g; Kw. tł. nasy.: 30.09 g; Węglowodany ogółem: 299.82 g; W tym cukry: 107.41 g; Błonnik pok.: 25.40 g; Sól: 4.64 g; WW: 27.42 Por; : 17.34 %; : 50.91 %; Ener. z T: 28.90 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 4529.96 mg;	Wartość energetyczna: 1714.48 kcal; Białko ogółem: 92.95 g; Tłuszcz: 69.25 g; Kw. tł. nasy.: 27.82 g; Węglowodany ogółem: 192.54 g; W tym cukry: 30.26 g; Błonnik pok.: 31.60 g; Sól: 6.37 g; WW: 16.08 Por; : 21.69 %; : 37.55 %; Ener. z T: 36.35 %; Ener. z Bł.: 3.69 %; K: 3548.76 mg;	Wartość energetyczna: 2272.93 kcal; Białko ogółem: 115.95 g; Tłuszcz: 76.99 g; Kw. tł. nasy.: 34.06 g; Węglowodany ogółem: 291.59 g; W tym cukry: 68.08 g; Błonnik pok.: 29.38 g; Sól: 5.77 g; WW: 26.25 Por; : 20.40 %; : 46.14 %; Ener. z T: 30.49 %; Ener. z Bł.: 2.59 %; K: 4499.33 mg;	Wartość energetyczna: 16.50 kcal; Białko ogółem: 0.78 g; Tłuszcz: 0.17 g; Kw. tł. nasy.: 0.05 g; Węglowodany ogółem: 3.57 g; W tym cukry: 2.43 g; Błonnik pok.: 1.04 g; Sól: 0.02 g; WW: 0.26 Por; : 18.84 %; : 61.22 %; Ener. z T: 9.35 %; Ener. z Bł.: 12.60 %; K: 244.94 mg;

Oznaczenia alergenów:

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