

	STAR- IŁ- D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	STAR- IŁ- D01 Podstawowa	STAR- IŁ- D02 Łatwo strawna	STAR- IŁ- D02/ML Bezmleczna	STAR- IŁ- Wrzodowa	STAR- IŁ- D03 Z ogr.łatwo przys. węglowodanów	STAR- IŁ- Papka	
2026-03-30 poniedziałek	Śniadanie II SN	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE.) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE.) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE.) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE.) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 300 ml (GLU PSZ.)	
							Pomarańcza 150 g	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
2026-03-30 poniedziałek	Obiad PD	Brokułowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Sos koperkowy * 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (MLE.) Kotlet z jaj-pieczony 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos chrzanowy 100 ml (GLU PSZ, MLE, SOZ.) Surowka z selera i jabłka () 200 g (MLE, SEL.) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Sos koperkowy * 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy * 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Sos koperkowy * 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Surowka z selera i jabłka b/c () 200 g (MLE, SEL.) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Papka Ob - STAR () 400 ml (SEL.)
						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml	Mus z jablek prażonych 100 g	
2026-03-30 poniedziałek	Kolacja PN	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE.) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE.) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE.) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE.) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE.) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Kol - STAR () 400 ml (JAJ, SEL.) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)
			Pomarańcza 150 g			Mus z jablek prażonych 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Szynka z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g Salata zielona 5 g	
		Wartość energetyczna: 1938.33 kcal; Białko ogółem: 80.25 g; Tłuszcz: 48.62 g; Kw. tł. nasy.: 16.48 g; Węglowodany ogółem: 323.53 g; W tym cukry: 60.70 g; Błonnik pok.: 34.27 g; Sód: 2985.17 mg;	Wartość energetyczna: 2110.95 kcal; Białko ogółem: 78.85 g; Tłuszcz: 64.63 g; Kw. tł. nasy.: 23.07 g; Węglowodany ogółem: 337.86 g; W tym cukry: 56.08 g; Błonnik pok.: 40.35 g; Sód: 3340.91 mg;	Wartość energetyczna: 1959.73 kcal; Białko ogółem: 78.57 g; Tłuszcz: 56.62 g; Kw. tł. nasy.: 20.63 g; Węglowodany ogółem: 311.80 g; W tym cukry: 60.46 g; Błonnik pok.: 33.91 g; Sód: 2904.37 mg;	Wartość energetyczna: 1937.05 kcal; Białko ogółem: 76.42 g; Tłuszcz: 46.87 g; Kw. tł. nasy.: 14.97 g; Węglowodany ogółem: 332.95 g; W tym cukry: 48.82 g; Błonnik pok.: 36.37 g; Sód: 2968.72 mg;	Wartość energetyczna: 2171.12 kcal; Białko ogółem: 87.27 g; Tłuszcz: 55.80 g; Kw. tł. nasy.: 18.20 g; Węglowodany ogółem: 348.87 g; W tym cukry: 71.60 g; Błonnik pok.: 26.57 g; Sód: 2954.33 mg;	Wartość energetyczna: 2095.92 kcal; Białko ogółem: 83.70 g; Tłuszcz: 66.77 g; Kw. tł. nasy.: 26.69 g; Węglowodany ogółem: 328.35 g; W tym cukry: 56.28 g; Błonnik pok.: 42.62 g; Sód: 3537.56 mg;	Wartość energetyczna: 1775.30 kcal; Białko ogółem: 47.48 g; Tłuszcz: 64.25 g; Kw. tł. nasy.: 9.58 g; Węglowodany ogółem: 258.39 g; W tym cukry: 56.10 g; Błonnik pok.: 15.52 g; Sód: 1269.51 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ił. D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	STAR- Ił. D01 Podstawowa	STAR- Ił. D02 Łatwo strawna	STAR- Ił. D02/ML Bezmleczna	STAR- Ił. Wrzodowa	STAR- Ił. D03 Z ogr.łatwo przys. węglowodanów	STAR- Ił. Papka	
2026-03-31 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bulka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej, 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej, 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE</u>) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej, 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>) Bulka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej, 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE</u>) Brokul gotowany* 70 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej, 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE</u>) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Śn- STAR () 400 ml (<u>JAJ, SEL</u>) Mus z jabłek prażonych 100 g
		Obiad	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 250 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Dymia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, SOJ</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Szynka wieprzowa pieczona 80 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Dymia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Solferino (bez mleka)*() 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron 250 g (<u>GLU PSZ</u>) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Dymia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Dymia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron peltoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Sok wielowarzywny pasteryzowany 200 ml						
2026-03-31 wtorek	Kolacja	Bulka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Galaretki drobiowa z ud* 100 g (<u>SEL</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Galaretki drobiowa z ud* 100 g (<u>SEL</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Galaretki drobiowa z ud* 100 g (<u>SEL</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pomidor b/skórki 100 g Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Galaretki drobiowa z ud* 100 g (<u>SEL</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Kol- STAR () 400 ml (<u>JAJ, SEL</u>) Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		PN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		Banan 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)
		Wartość energetyczna: 2216.84 kcal; Białko ogółem: 104.40 g; Tłuszcz: 51.28 g; Kw. tł. nasy.: 17.92 g; Węglowodany ogółem: 351.40 g; W tym cukry: 51.71 g; Błonnik pok.: 24.79 g; Sód: 2725.02 mg;	Wartość energetyczna: 2086.51 kcal; Białko ogółem: 95.84 g; Tłuszcz: 61.01 g; Kw. tł. nasy.: 21.24 g; Węglowodany ogółem: 313.52 g; W tym cukry: 43.04 g; Błonnik pok.: 27.66 g; Sód: 3411.93 mg;	Wartość energetyczna: 2182.61 kcal; Białko ogółem: 101.65 g; Tłuszcz: 59.95 g; Kw. tł. nasy.: 21.17 g; Węglowodany ogółem: 325.94 g; W tym cukry: 52.18 g; Błonnik pok.: 24.81 g; Sód: 2360.49 mg;	Wartość energetyczna: 2226.38 kcal; Białko ogółem: 94.53 g; Tłuszcz: 51.55 g; Kw. tł. nasy.: 16.83 g; Węglowodany ogółem: 367.64 g; W tym cukry: 62.96 g; Błonnik pok.: 28.90 g; Sód: 2182.00 mg;	Wartość energetyczna: 2244.08 kcal; Białko ogółem: 105.96 g; Tłuszcz: 58.50 g; Kw. tł. nasy.: 21.26 g; Węglowodany ogółem: 332.63 g; W tym cukry: 52.23 g; Błonnik pok.: 19.97 g; Sód: 3466.77 mg;	Wartość energetyczna: 2297.10 kcal; Białko ogółem: 108.18 g; Tłuszcz: 79.99 g; Kw. tł. nasy.: 30.30 g; Węglowodany ogółem: 319.12 g; W tym cukry: 38.58 g; Błonnik pok.: 35.10 g; Sód: 4493.35 mg;	Wartość energetyczna: 1635.10 kcal; Białko ogółem: 50.09 g; Tłuszcz: 65.81 g; Kw. tł. nasy.: 10.33 g; Węglowodany ogółem: 218.26 g; W tym cukry: 29.90 g; Błonnik pok.: 16.55 g; Sód: 2099.01 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ił. D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	STAR- Ił. D01 Podstawowa	STAR- Ił. D02 Łatwo strawna	STAR- Ił. D02/ML Bezmleczna	STAR- Ił. Wrzodowa	STAR- Ił. D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	STAR- Ił. Papka	
2026-04-01 środa	Sniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU OW</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tuszcza do smarowania (70%) 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Mus z jablek prażonych 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Mus z jablek prażonych 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Papka Śn - STAR () 400 ml (<u>JAJ, SEL</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
		II SN					Mandarynka 150 g	
	Obiad	Grysikowa* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Buraczki oprószone () 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Grysikowa* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE</u>) Kotlet mielony drobiowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Grysikowa* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Buraczki oprószone () 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Grysikowa* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Buraczki oprószone () 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Grysikowa* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Papka Ob - STAR () 400 ml (<u>SEL</u>)	
		PD				Sok jabłkowy 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 30 g	Sok pomidorowy 200 ml
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Salatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 100 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Salatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 100 g (<u>MLE</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Salatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 100 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tuszcza do smarowania (70%) 15 g (<u>MLE</u>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Salatka z pomidorów b/s z jogurtem natur i natką pietr 100 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Salatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 100 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Kol - STAR () 400 ml (<u>JAJ, SEL</u>) Banan 150 g
		PN	Jabłko pieczone 150 g	Mandarynka 150 g		Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLUPSZ, JAJ</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Pomidor 15 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)
		Wartość energetyczna: 2056.93 kcal; Białko ogółem: 90.15 g; Tłuszcz: 44.26 g; Kw. tł. nasy.: 17.23 g; Węglowodany ogółem: 348.36 g; W tym cukry: 72.13 g; Błonnik pok.: 28.82 g; Sód: 2979.49 mg;	Wartość energetyczna: 2484.74 kcal; Białko ogółem: 88.28 g; Tłuszcz: 88.37 g; Kw. tł. nasy.: 31.30 g; Węglowodany ogółem: 366.66 g; W tym cukry: 66.57 g; Błonnik pok.: 36.25 g; Sód: 2731.93 mg;	Wartość energetyczna: 2084.39 kcal; Białko ogółem: 83.73 g; Tłuszcz: 56.16 g; Kw. tł. nasy.: 22.53 g; Węglowodany ogółem: 334.18 g; W tym cukry: 70.71 g; Błonnik pok.: 28.32 g; Sód: 2559.19 mg;	Wartość energetyczna: 1863.66 kcal; Białko ogółem: 77.85 g; Tłuszcz: 39.17 g; Kw. tł. nasy.: 14.33 g; Węglowodany ogółem: 326.69 g; W tym cukry: 52.51 g; Błonnik pok.: 29.47 g; Sód: 2673.29 mg;	Wartość energetyczna: 2391.11 kcal; Białko ogółem: 92.46 g; Tłuszcz: 53.13 g; Kw. tł. nasy.: 20.41 g; Węglowodany ogółem: 398.51 g; W tym cukry: 92.10 g; Błonnik pok.: 19.80 g; Sód: 2874.61 mg;	Wartość energetyczna: 2512.54 kcal; Białko ogółem: 102.15 g; Tłuszcz: 87.01 g; Kw. tł. nasy.: 35.28 g; Węglowodany ogółem: 371.01 g; W tym cukry: 59.12 g; Błonnik pok.: 41.05 g; Sód: 3296.21 mg;	Wartość energetyczna: 1687.70 kcal; Białko ogółem: 47.43 g; Tłuszcz: 64.56 g; Kw. tł. nasy.: 9.80 g; Węglowodany ogółem: 241.43 g; W tym cukry: 73.12 g; Błonnik pok.: 19.52 g; Sód: 1630.11 mg;

	STAR- Ił. D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	STAR- Ił. D01 Podstawowa	STAR- Ił. D02 Łatwo strawna	STAR- Ił. D02/ML Bezmleczna	STAR- Ił. Wrzodowa	STAR- Ił. D03 Z ogr.łatwo przys. węglowodanów	STAR- Ił. Papka	
Sniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>GLU</u> <u>ŻYT</u>) Bulka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Cukier 5g (saszetka) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w oslonce niejadalnej 50 g Ogorek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>GLU</u> <u>ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>GLU</u> <u>ŻYT</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w oslonce niejadalnej 50 g Ogorek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>GLU</u> <u>ŻYT</u>) Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w oslonce niejadalnej 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u>) Bulka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>GLU</u> <u>ŻYT</u>) Szynka drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w oslonce niejadalnej 50 g Pomidor b/śkórki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>GLU</u> <u>ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>GLU</u> <u>ŻYT</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w oslonce niejadalnej 50 g Ogorek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Śn- STAR () 400 ml (<u>JAJ</u> <u>SEL</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	
	II SN						Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (<u>MLE</u>)	
Obiad	Ziemiaczana * () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u> <u>SEL</u>) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Surowka z marchwi i selera () 200 g (<u>MLE</u> <u>SEL</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami ()* 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u> <u>SEL</u> <u>GLU</u> <u>ŻYT</u>) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Surowka z marchwi i selera () 200 g (<u>MLE</u> <u>SEL</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Ziemiaczana * () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u> <u>SEL</u>) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Surowka z marchwi i selera () 200 g (<u>MLE</u> <u>SEL</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Ziemiaczana *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u>) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Surowka z marchwi i selera z olejem () 200 g (<u>SEL</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Ziemiaczana * () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u> <u>SEL</u>) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Surowka z marchwi i selera () 200 g (<u>MLE</u> <u>SEL</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Ziemiaczana * () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u> <u>SEL</u>) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Ziemiaczana * () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u> <u>SEL</u>) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Surowka z marchwi i selera b/c () 200 g (<u>MLE</u> <u>SEL</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Papka Ob- STAR () 400 ml (<u>SEL</u>)
	PD				Mus z jabłek prażonych 100 g	Biszkopki b/c 30 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>JAJ</u>)	Mus z jabłek prażonych 100 g	
Kolacja	Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Bulka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>GLU</u> <u>ŻYT</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE</u>) Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE</u> <u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>GLU</u> <u>ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>GLU</u> <u>ŻYT</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Salatka jarzynowa () 100 g (<u>JAJ</u> <u>MLE</u> <u>SEL</u> <u>GOR</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>GLU</u> <u>ŻYT</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE</u> <u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>GLU</u> <u>ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w oslonce niejadalnej 50 g Salatka jarzynowa - dieta (bez mleka) () 100 g (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE</u> <u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>GLU</u> <u>ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>GLU</u> <u>ŻYT</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Salatka jarzynowa () 100 g (<u>JAJ</u> <u>MLE</u> <u>SEL</u> <u>GOR</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Kol- STAR () 400 ml (<u>JAJ</u> <u>SEL</u>) Ryz z jabłkami 200 g	
	PN		Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (<u>MLE</u>)	Wafle ryżowe 30 g	Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (<u>MLE</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>GLU</u> <u>ŻYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w oslonce niejadalnej 30 g Salata zielona 5 g	Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (<u>MLE</u>)	
	Wartość energetyczna: 2224.70 kcal; Białko ogółem: 92.21 g; Tłuszcz: 52.63 g; Kw. tł. nasy.: 19.35 g; Węglowodany ogółem: 373.52 g; W tym cukry: 71.09 g; Błonnik pok.: 34.90 g; Sód: 2888.36 mg;	Wartość energetyczna: 2245.17 kcal; Białko ogółem: 86.29 g; Tłuszcz: 67.13 g; Kw. tł. nasy.: 24.18 g; Węglowodany ogółem: 354.52 g; W tym cukry: 66.85 g; Błonnik pok.: 37.60 g; Sód: 3923.50 mg;	Wartość energetyczna: 2238.10 kcal; Białko ogółem: 90.49 g; Tłuszcz: 59.83 g; Kw. tł. nasy.: 22.60 g; Węglowodany ogółem: 361.78 g; W tym cukry: 70.85 g; Błonnik pok.: 34.54 g; Sód: 2813.16 mg;	Wartość energetyczna: 2164.28 kcal; Białko ogółem: 81.21 g; Tłuszcz: 55.39 g; Kw. tł. nasy.: 15.87 g; Węglowodany ogółem: 365.88 g; W tym cukry: 45.43 g; Błonnik pok.: 37.91 g; Sód: 2608.66 mg;	Wartość energetyczna: 2321.69 kcal; Białko ogółem: 94.84 g; Tłuszcz: 58.03 g; Kw. tł. nasy.: 21.37 g; Węglowodany ogółem: 370.65 g; W tym cukry: 70.16 g; Błonnik pok.: 23.85 g; Sód: 2732.96 mg;	Wartość energetyczna: 2431.45 kcal; Białko ogółem: 97.00 g; Tłuszcz: 77.66 g; Kw. tł. nasy.: 27.10 g; Węglowodany ogółem: 372.68 g; W tym cukry: 53.28 g; Błonnik pok.: 40.64 g; Sód: 4156.01 mg;	Wartość energetyczna: 1930.30 kcal; Białko ogółem: 50.15 g; Tłuszcz: 66.60 g; Kw. tł. nasy.: 10.69 g; Węglowodany ogółem: 292.87 g; W tym cukry: 60.18 g; Błonnik pok.: 18.10 g; Sód: 1294.26 mg;	

	STAR- Ił. D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	STAR- Ił. D01 Podstawowa	STAR- Ił. D02 Łatwo strawna	STAR- Ił. D02/ML Bezmleczna	STAR- Ił. Wrzodowa	STAR- Ił. D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	STAR- Ił. Papka
Smadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE) Dżem 25 g 2 szt Twaróg półtłusty 40g (MLE) Banan 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 40 g (MLE) Dżem 25 g 2 szt Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE) Dżem 25 g 2 szt Twaróg półtłusty 40g (MLE) Banan 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (GLU PSZ, SEL) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Dżem 25 g 2 szt Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 30 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE) Dżem 25 g 2 szt Twaróg półtłusty 40g (MLE) Banan 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 80g (MLE) Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Śn- STAR () 400 ml (JAJ, SEL) Banan 150 g
	II ŚN						Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g (MLE) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod. biał. mleka w osłonce niejadanej 30 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL)
Obiad	Dyniowa z makaronem* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB, SEL) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (MLE) Ryba smażona (Miruna) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Surowka z kapusty czerwonej z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (MLE) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB, SEL) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB, SEL) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB, SEL) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (MLE) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB, SEL) Surowka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Papka Ob- STAR () 400 ml (SEL)
	PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)					Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE)
Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE) Polejdwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadanej 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ, MLE) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ, MLE) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE) Polejdwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadanej 50 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ, MLE) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Kol- STAR () 400 ml (JAJ, SEL) Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml (GLU PSZ)
	PN	Chalka 80 g (GLU PSZ, JAJ, MLE)			Jabłko 150 g	Chalka 80 g (GLU PSZ, JAJ, MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g Ogórek kiszony 15 g
	Wartość energetyczna: 2344.44 kcal; Białko ogółem: 91.64 g; Tłuszcz: 50.45 g; Kw. tł. nasy.: 17.22 g; Węglowodany ogółem: 406.42 g; W tym cukry: 100.95 g; Błonnik pok.: 30.33 g; Sód: 2577.13 mg;	Wartość energetyczna: 2492.02 kcal; Białko ogółem: 87.52 g; Tłuszcz: 73.80 g; Kw. tł. nasy.: 24.41 g; Węglowodany ogółem: 397.50 g; W tym cukry: 90.93 g; Błonnik pok.: 33.30 g; Sód: 2499.00 mg;	Wartość energetyczna: 2434.31 kcal; Białko ogółem: 90.25 g; Tłuszcz: 65.18 g; Kw. tł. nasy.: 23.59 g; Węglowodany ogółem: 395.10 g; W tym cukry: 101.57 g; Błonnik pok.: 30.02 g; Sód: 2271.25 mg;	Wartość energetyczna: 2061.82 kcal; Białko ogółem: 71.64 g; Tłuszcz: 47.32 g; Kw. tł. nasy.: 14.53 g; Węglowodany ogółem: 364.65 g; W tym cukry: 93.89 g; Błonnik pok.: 34.03 g; Sód: 2192.53 mg;	Wartość energetyczna: 2484.62 kcal; Białko ogółem: 98.27 g; Tłuszcz: 60.49 g; Kw. tł. nasy.: 22.23 g; Węglowodany ogółem: 403.71 g; W tym cukry: 106.56 g; Błonnik pok.: 24.65 g; Sód: 2538.48 mg;	Wartość energetyczna: 2340.47 kcal; Białko ogółem: 106.90 g; Tłuszcz: 78.59 g; Kw. tł. nasy.: 29.38 g; Węglowodany ogółem: 335.89 g; W tym cukry: 58.34 g; Błonnik pok.: 37.49 g; Sód: 3414.56 mg;	Wartość energetyczna: 1791.53 kcal; Białko ogółem: 48.70 g; Tłuszcz: 66.20 g; Kw. tł. nasy.: 10.94 g; Węglowodany ogółem: 259.41 g; W tym cukry: 80.28 g; Błonnik pok.: 18.27 g; Sód: 1282.44 mg;

		STAR- IŁ. D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	STAR- IŁ. D01 Podstawowa	STAR- IŁ. D02 Łatwo strawna	STAR- IŁ. D02/ML Bezmleczna	STAR- IŁ. Wrzodowa	STAR- IŁ. D03 Z ogr.łatwo przys. węglowodanów	STAR- IŁ. Papka	
2026-04-04 sobota	Śniadanie	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bulka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor biskorki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Śn - STAR () 400 ml (<u>JAJ, SEL</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	
	II SN								Budyń o smaku czekoladowym b/c 150 ml (<u>MLE</u>)
Obiad	Koperkowa z ryżem* 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml			Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml		Koperkowa z ryżem* 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml		Koperkowa z ryżem* 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek () b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Papka Ob - STAR () 400 ml (<u>SEL</u>)
	PD								Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
Kolejka	Bulka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z makreli wędzonej z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL</u>) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 70 g (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z makreli wędzonej z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL</u>) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Kol - STAR () 400 ml (<u>JAJ, SEL</u>) Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml (<u>GLU PSZ</u>)		
	PN	Budyń o smaku czekoladowym b/c 150 ml (<u>MLE</u>)			Jabłko 1 szt 1 szt	Budyń o smaku czekoladowym b/c 150 ml (<u>MLE</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowa drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW</u>) Ogórek kiszony 15 g	Budyń o smaku czekoladowym b/c 150 ml (<u>MLE</u>)	
		Wartość energetyczna: 1979.79 kcal; Białko ogółem: 93.27 g; Tłuszcz: 46.95 g; Kw. tł. nasy.: 19.30 g; Węglowodany ogółem: 318.74 g; W tym cukry: 47.72 g; Błonnik pok.: 22.32 g; Sód: 1827.52 mg;	Wartość energetyczna: 2109.27 kcal; Białko ogółem: 92.75 g; Tłuszcz: 66.37 g; Kw. tł. nasy.: 25.86 g; Węglowodany ogółem: 312.64 g; W tym cukry: 50.24 g; Błonnik pok.: 26.61 g; Sód: 2802.56 mg;	Wartość energetyczna: 1993.59 kcal; Białko ogółem: 91.57 g; Tłuszcz: 54.25 g; Kw. tł. nasy.: 22.85 g; Węglowodany ogółem: 306.92 g; W tym cukry: 47.48 g; Błonnik pok.: 21.96 g; Sód: 1751.52 mg;	Wartość energetyczna: 2021.82 kcal; Białko ogółem: 84.93 g; Tłuszcz: 50.76 g; Kw. tł. nasy.: 15.57 g; Węglowodany ogółem: 331.37 g; W tym cukry: 45.70 g; Błonnik pok.: 29.51 g; Sód: 2063.80 mg;	Wartość energetyczna: 2336.87 kcal; Białko ogółem: 101.41 g; Tłuszcz: 61.97 g; Kw. tł. nasy.: 26.10 g; Węglowodany ogółem: 358.19 g; W tym cukry: 58.55 g; Błonnik pok.: 18.89 g; Sód: 1971.14 mg;	Wartość energetyczna: 2333.84 kcal; Białko ogółem: 100.74 g; Tłuszcz: 82.58 g; Kw. tł. nasy.: 31.53 g; Węglowodany ogółem: 334.99 g; W tym cukry: 43.04 g; Błonnik pok.: 36.04 g; Sód: 4032.31 mg;	Wartość energetyczna: 1706.78 kcal; Białko ogółem: 50.79 g; Tłuszcz: 66.74 g; Kw. tł. nasy.: 10.46 g; Węglowodany ogółem: 233.41 g; W tym cukry: 46.16 g; Błonnik pok.: 15.27 g; Sód: 2116.54 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ił. D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	STAR- Ił. D01 Podstawowa	STAR- Ił. D02 Łatwo strawna	STAR- Ił. D02/ML Bezmleczna	STAR- Ił. Wrzodowa	STAR- Ił. D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	STAR- Ił. Papka	
2026-04-05 niedziela	Sniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ, SEL) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 20 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Mandarynka 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 20 g Chrzan z smietaną 10 g (MLE, SOZ) Rzodkiewka szatkowana z jogurtem i szczypiorkiem 80 g (MLE) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Mandarynka 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ, SEL) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 20 g Mandarynka 1 szt	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (GLU PSZ, SEL) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, SEL) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 20 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, SEL) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 80 g (MLE) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 20 g Pomidor b/sorki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 20 g Rzodkiewka szatkowana z jogurtem i szczypiorkiem 80 g (MLE) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Śn - STAR () 400 ml (JAJ, SEL, MLE) Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (MLE)
		II SNI				Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)		
2026-04-05 niedziela	Obiad	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany 80 g (GLU PSZ, SEL) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Żurek z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (MLE) Kotlet schabowy 80 g (GLU PSZ, JAJ) Ćwikła z chrzanem () 150 g (MLE, SOZ) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (MLE) Schab gotowany 80 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (MLE) Schab gotowany 80 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ)	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany 80 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL)	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (MLE) Schab gotowany 80 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Papka Ob - STAR () 400 ml (SEL)
		PD				Sok wielowarzynowy pasteryzowany 200 ml		
2026-04-05 niedziela	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ, SEL) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (MLE) Szynka Królewicka- kielbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 70 g (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 15 g (MLE) Szynka Królewicka- kielbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW) Herbata jarzyn gotowany z olejem* 70 g (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ, SEL) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 15 g (MLE) Szynka Królewicka- kielbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 70 g (SEL) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, SEL) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 15 g (MLE) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 70 g (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ, SEL) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 15 g (MLE) Szynka Królewicka- kielbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 70 g (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 15 g (MLE) Szynka Królewicka- kielbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 70 g (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Kol - STAR () 400 ml (JAJ, MLE, SEL) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE)
		PN	Babka drożdżowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE)	Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, OZI)	Babka drożdżowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE)	Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ)	Babka drożdżowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Baton szynkowy z kurczak 30 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Pomidor 15 g
		Wartość energetyczna: 2267.04 kcal; Białko ogółem: 97.14 g; Tłuszcz: 59.29 g; Kw. tł. nasy.: 21.30 g; Węglowodany ogółem: 356.98 g; W tym cukry: 45.10 g; Błonnik pok.: 26.09 g; Sód: 2549.66 mg;	Wartość energetyczna: 2463.26 kcal; Białko ogółem: 83.81 g; Tłuszcz: 79.72 g; Kw. tł. nasy.: 25.55 g; Węglowodany ogółem: 383.43 g; W tym cukry: 82.02 g; Błonnik pok.: 36.76 g; Sód: 3125.63 mg;	Wartość energetyczna: 2288.84 kcal; Białko ogółem: 95.48 g; Tłuszcz: 67.39 g; Kw. tł. nasy.: 25.74 g; Węglowodany ogółem: 345.17 g; W tym cukry: 44.86 g; Błonnik pok.: 25.73 g; Sód: 2468.06 mg;	Wartość energetyczna: 2256.90 kcal; Białko ogółem: 94.87 g; Tłuszcz: 51.56 g; Kw. tł. nasy.: 18.40 g; Węglowodany ogółem: 374.53 g; W tym cukry: 24.65 g; Błonnik pok.: 25.61 g; Sód: 2106.66 mg;	Wartość energetyczna: 2346.62 kcal; Białko ogółem: 107.28 g; Tłuszcz: 65.98 g; Kw. tł. nasy.: 25.73 g; Węglowodany ogółem: 342.36 g; W tym cukry: 37.77 g; Błonnik pok.: 18.50 g; Sód: 3157.02 mg;	Wartość energetyczna: 2286.10 kcal; Białko ogółem: 100.64 g; Tłuszcz: 75.31 g; Kw. tł. nasy.: 28.71 g; Węglowodany ogółem: 334.65 g; W tym cukry: 45.15 g; Błonnik pok.: 35.93 g; Sód: 3910.38 mg;	Wartość energetyczna: 1773.75 kcal; Białko ogółem: 75.56 g; Tłuszcz: 70.96 g; Kw. tł. nasy.: 19.71 g; Węglowodany ogółem: 216.58 g; W tym cukry: 60.75 g; Błonnik pok.: 15.20 g; Sód: 2222.51 mg;

	STAR- IŁ- D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	STAR- IŁ- D01 Podstawowa	STAR- IŁ- D02 Łatwo strawna	STAR- IŁ- D02/ML Bezmleczna	STAR- IŁ- Wrzodowa	STAR- IŁ- D03 Z ogr.łatwo przys. węglowodanów	STAR- IŁ- Papka	
2026-04-06 poniedziałek	Śniadanie II SN	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pomidor b/skórki 100 g Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Śn - STAR () 400 ml (<u>JAJ, SEL.</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
							Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	
Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 100 g Brokul gotowany* 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>) Udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Surowka wykwinna z olejem b/c 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Brokul gotowany* 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Brokul gotowany* 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Dymia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Dymia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Surowka wykwinna z olejem b/c 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Papka Ob - STAR () 400 ml (<u>SEL.</u>)
Kolejka	Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 25 g	Kefir 2% tł 200 ml (<u>MLE.</u>)		
	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salatka jarzynowa () 100g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 15 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 15 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 15 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 15 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Kol - STAR () 400 ml (<u>JAJ, SEL.</u>) Jogurt naturalny 2% tł. 150 ml (<u>MLE.</u>)	
PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt						Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Salata zielona 5 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
	Wartość energetyczna: 2221.09 kcal; Białko ogółem: 103.95 g; Tłuszcz: 55.81 g; Kw. tł. nasy.: 21.03 g; Węglowodany ogółem: 351.00 g; W tym cukry: 53.59 g; Błonnik pok.: 30.28 g; Sód: 2771.14 mg;	Wartość energetyczna: 2483.12 kcal; Białko ogółem: 108.29 g; Tłuszcz: 93.05 g; Kw. tł. nasy.: 29.34 g; Węglowodany ogółem: 331.61 g; W tym cukry: 60.03 g; Błonnik pok.: 32.43 g; Sód: 3027.48 mg;	Wartość energetyczna: 2295.42 kcal; Białko ogółem: 113.83 g; Tłuszcz: 70.94 g; Kw. tł. nasy.: 27.46 g; Węglowodany ogółem: 324.30 g; W tym cukry: 53.13 g; Błonnik pok.: 28.75 g; Sód: 2714.71 mg;	Wartość energetyczna: 2214.77 kcal; Białko ogółem: 104.06 g; Tłuszcz: 67.82 g; Kw. tł. nasy.: 22.09 g; Węglowodany ogółem: 323.23 g; W tym cukry: 27.58 g; Błonnik pok.: 31.64 g; Sód: 2626.46 mg;	Wartość energetyczna: 2353.73 kcal; Białko ogółem: 112.11 g; Tłuszcz: 70.82 g; Kw. tł. nasy.: 25.18 g; Węglowodany ogółem: 331.25 g; W tym cukry: 42.35 g; Błonnik pok.: 25.43 g; Sód: 2465.96 mg;	Wartość energetyczna: 2448.58 kcal; Białko ogółem: 116.63 g; Tłuszcz: 95.52 g; Kw. tł. nasy.: 32.14 g; Węglowodany ogółem: 313.81 g; W tym cukry: 40.86 g; Błonnik pok.: 35.13 g; Sód: 3225.95 mg;	Wartość energetyczna: 1692.20 kcal; Białko ogółem: 54.43 g; Tłuszcz: 68.71 g; Kw. tł. nasy.: 12.51 g; Węglowodany ogółem: 222.08 g; W tym cukry: 49.52 g; Błonnik pok.: 16.47 g; Sód: 1379.11 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ił- D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	STAR- Ił- D01 Podstawowa	STAR- Ił- D02 Łatwo strawna	STAR- Ił- D02/ML Bezmleczna	STAR- Ił- Wrzodowa	STAR- Ił- D03 Z ogr.łatwo przys. węglowodanów	STAR- Ił- Papka	
2026-04-07 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bulka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej, 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE</u>) Salata zielona 20 g Cukier 5g (saszetka) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej, 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE</u>) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej, 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową wędzona, parzona 50 g (<u>może zawierać: SOJ, SEL, GOR</u>) Salata zielona 20 g Cukier 5g (saszetka) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej, 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej, 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE</u>) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Śn- STAR () 400 ml (<u>JAJ, SEL</u>) Mus z jabłek prażonych 150 g
		II ŚN					Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>)	
	Obiad	Wielowarzynna z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryz z jabłkami 300 g Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 100 g (<u>MLE</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Ryz z jabłkami 300 g Wielowarzynna z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 100 g (<u>MLE</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml		Wielowarzynna z ziemniakami *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ryz z jabłkami 350 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Ryz z jabłkami 300 g Wielowarzynna z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 100 g (<u>MLE</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Wielowarzynna z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryz na sytko (brązowy) 200 g Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 80 g Sos zielony* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka wykwintna z olejem b/c 200 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Papka Ob- STAR () 400 ml (<u>SEL</u>)
	PD					Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		
Kolacja	Bulka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Pasta z fasoli 80 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z fasoli 80 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Kol- STAR () 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>) Ryz z jabłkami 200 g	
	PN	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)		Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową wędzona, parzona 25 g (<u>może zawierać: SOJ, SEL, GOR</u>)	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 15 g	Banan 150 g	
	Wartość energetyczna: 1890.70 kcal; Białko ogółem: 66.73 g; Tłuszcz: 36.26 g; Kw. tł. nasy.: 12.89 g; Węglowodany ogółem: 340.87 g; W tym cukry: 37.68 g; Błonnik pok.: 22.28 g; Sód: 2438.50 mg;	Wartość energetyczna: 2053.07 kcal; Białko ogółem: 65.28 g; Tłuszcz: 47.02 g; Kw. tł. nasy.: 16.22 g; Węglowodany ogółem: 366.74 g; W tym cukry: 37.03 g; Błonnik pok.: 34.64 g; Sód: 3158.55 mg;	Wartość energetyczna: 1904.10 kcal; Białko ogółem: 65.01 g; Tłuszcz: 43.46 g; Kw. tł. nasy.: 16.14 g; Węglowodany ogółem: 329.13 g; W tym cukry: 37.44 g; Błonnik pok.: 21.92 g; Sód: 2363.30 mg;	Wartość energetyczna: 1939.60 kcal; Białko ogółem: 64.27 g; Tłuszcz: 45.10 g; Kw. tł. nasy.: 18.15 g; Węglowodany ogółem: 349.37 g; W tym cukry: 23.07 g; Błonnik pok.: 26.31 g; Sód: 2709.55 mg;	Wartość energetyczna: 2030.88 kcal; Białko ogółem: 73.36 g; Tłuszcz: 46.30 g; Kw. tł. nasy.: 17.90 g; Węglowodany ogółem: 338.16 g; W tym cukry: 43.29 g; Błonnik pok.: 16.60 g; Sód: 2399.85 mg;	Wartość energetyczna: 2616.50 kcal; Białko ogółem: 104.66 g; Tłuszcz: 97.77 g; Kw. tł. nasy.: 31.85 g; Węglowodany ogółem: 366.72 g; W tym cukry: 40.45 g; Błonnik pok.: 47.59 g; Sód: 3853.05 mg;	Wartość energetyczna: 2056.29 kcal; Białko ogółem: 56.24 g; Tłuszcz: 68.45 g; Kw. tł. nasy.: 15.52 g; Węglowodany ogółem: 316.00 g; W tym cukry: 65.68 g; Błonnik pok.: 21.92 g; Sód: 1458.37 mg;	

	STAR- Il. D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	STAR- Il. D01 Podstawowa	STAR- Il. D02 Łatwo strawna	STAR- Il. D02/ML Bezmleczna	STAR- Il. Wrzodowa	STAR- Il. D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	STAR- Il. Papka	
2026-04-08 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bulka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 80 g (MLE) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE) Serek homo. naturalny 80 g (MLE) Papryka świeża 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bulka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE) Serek homo. naturalny 80 g (MLE) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, GLU OW) Bulka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Pojedyncza delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW) Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE) Serek homo. naturalny 80 g (MLE) Pomidor biskórki 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE) Serek homo. naturalny 80 g (MLE) Papryka świeża 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Papka Śn - STAR () 400 ml (JAJ, SEL) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)
		II SN					Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml	
2026-04-08 środa	Obiad	Ziemiaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (GLU JECZ) Pulpet wieprzowy 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompotowocowy b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Pulpet wieprzowy 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Kompotowocowy b/c 250 ml	Ziemiaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Pulpet wieprzowy 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompotowocowy b/c 250 ml	Ziemiaczana *(bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (GLU JECZ) Pulpet wieprzowy 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompotowocowy b/c 250 ml	Ziemiaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Pulpet wieprzowy 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompotowocowy b/c 250 ml	Ziemiaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Pulpet wieprzowy 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompotowocowy b/c 250 ml	Papka Ob - STAR () 400 ml (SEL)
		PD				Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ)	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml
2026-04-08 środa	Kolacja	Bulka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 80 g (RYB, SEL) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE) Paprykarz szczeciński 80 g (RYB, SOJ) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 80 g (RYB, SEL) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 80 g (RYB, SEL) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 80 g (RYB, SEL) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE) Paprykarz szczeciński 80 g (RYB, SOJ) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Kol - STAR () 400 ml (JAJ, SEL) Ryz z jabłkami 200 g
		PN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml		Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną, 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR) Pomidor 15 g	Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (MLE)
	Wartość energetyczna: 2280.55 kcal; Białko ogółem: 93.13 g; Tłuszcz: 53.84 g; Kw. tł. nasy.: 16.87 g; Węglowodany ogółem: 379.72 g; W tym cukry: 61.58 g; Błonnik pok.: 29.16 g; Sód: 2158.30 mg;	Wartość energetyczna: 2361.42 kcal; Białko ogółem: 87.21 g; Tłuszcz: 78.09 g; Kw. tł. nasy.: 22.77 g; Węglowodany ogółem: 358.87 g; W tym cukry: 73.26 g; Błonnik pok.: 39.13 g; Sód: 3820.68 mg;	Wartość energetyczna: 2228.51 kcal; Białko ogółem: 90.02 g; Tłuszcz: 60.38 g; Kw. tł. nasy.: 20.03 g; Węglowodany ogółem: 353.92 g; W tym cukry: 61.25 g; Błonnik pok.: 27.64 g; Sód: 2033.78 mg;	Wartość energetyczna: 2136.48 kcal; Białko ogółem: 83.49 g; Tłuszcz: 56.48 g; Kw. tł. nasy.: 18.19 g; Węglowodany ogółem: 353.02 g; W tym cukry: 30.13 g; Błonnik pok.: 31.94 g; Sód: 2533.64 mg;	Wartość energetyczna: 2416.35 kcal; Białko ogółem: 97.07 g; Tłuszcz: 63.24 g; Kw. tł. nasy.: 21.80 g; Węglowodany ogółem: 379.57 g; W tym cukry: 79.55 g; Błonnik pok.: 22.35 g; Sód: 2042.34 mg;	Wartość energetyczna: 2563.38 kcal; Białko ogółem: 98.06 g; Tłuszcz: 89.98 g; Kw. tł. nasy.: 27.67 g; Węglowodany ogółem: 379.81 g; W tym cukry: 59.95 g; Błonnik pok.: 43.64 g; Sód: 4056.98 mg;	Wartość energetyczna: 1911.30 kcal; Białko ogółem: 56.25 g; Tłuszcz: 69.50 g; Kw. tł. nasy.: 12.48 g; Węglowodany ogółem: 276.17 g; W tym cukry: 55.18 g; Błonnik pok.: 18.10 g; Sód: 1372.76 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- IŁ. D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	STAR- IŁ. D01 Podstawowa	STAR- IŁ. D02 Łatwo strawna	STAR- IŁ. D02/ML Bezmleczna	STAR- IŁ. Wrzodowa	STAR- IŁ. D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	STAR- IŁ. Papka	
2026-04-09 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bulka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej, 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej, 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej, 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bulka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej, 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE</u>) Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej, 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Śn - STAR () 400 ml (<u>JAJ, SEL.</u>) Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml (<u>GLU PSZ</u>)
		Obiad	Kalaforowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos boloński z mięsa wieprzlop - dieta* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany bez oleju* 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Kalaforowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos boloński z mięsa wieprz lop* 100 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Kalaforowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos boloński z mięsa wieprzlop - dieta* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Kalaforowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos boloński z mięsa wieprzlop - dieta* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kalaforowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos boloński z mięsa wieprzlop - dieta* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Kalaforowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pelnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos boloński z mięsa wieprz lop* 100 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g (<u>SEL.</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml
PD	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)							
2026-04-09 czwartek	Kolacja	Bulka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z ciecierzycy z warzywami* 80 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z ciecierzycy z warzywami* 80 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Kol - STAR () 400 ml (<u>JAJ, SEL.</u>) Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml
		PN	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)		Banan 150 g		Jabłko 150 g Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>) Ogórek kiszony 15 g	Banan 150 g
	Wartość energetyczna: 1929.11 kcal; Białko ogółem: 80.34 g; Tłuszcz: 44.27 g; Kw. tł. nasy.: 15.84 g; Węglowodany ogółem: 325.23 g; W tym cukry: 48.08 g; Błonnik pok.: 27.28 g; Sód: 2690.76 mg;	Wartość energetyczna: 2046.06 kcal; Białko ogółem: 76.18 g; Tłuszcz: 58.98 g; Kw. tł. nasy.: 19.50 g; Węglowodany ogółem: 325.69 g; W tym cukry: 38.07 g; Błonnik pok.: 28.21 g; Sód: 2408.96 mg;	Wartość energetyczna: 1955.35 kcal; Białko ogółem: 81.62 g; Tłuszcz: 52.55 g; Kw. tł. nasy.: 19.43 g; Węglowodany ogółem: 304.51 g; W tym cukry: 39.28 g; Błonnik pok.: 19.42 g; Sód: 2514.82 mg;	Wartość energetyczna: 1949.62 kcal; Białko ogółem: 76.49 g; Tłuszcz: 40.57 g; Kw. tł. nasy.: 14.14 g; Węglowodany ogółem: 339.84 g; W tym cukry: 55.82 g; Błonnik pok.: 23.03 g; Sód: 2248.46 mg;	Wartość energetyczna: 2227.09 kcal; Białko ogółem: 82.75 g; Tłuszcz: 60.23 g; Kw. tł. nasy.: 19.83 g; Węglowodany ogółem: 355.97 g; W tym cukry: 60.70 g; Błonnik pok.: 27.17 g; Sód: 2657.98 mg;	Wartość energetyczna: 2269.62 kcal; Białko ogółem: 86.23 g; Tłuszcz: 77.24 g; Kw. tł. nasy.: 28.40 g; Węglowodany ogółem: 338.96 g; W tym cukry: 45.22 g; Błonnik pok.: 37.85 g; Sód: 2792.51 mg;	Wartość energetyczna: 1758.43 kcal; Białko ogółem: 47.80 g; Tłuszcz: 64.45 g; Kw. tł. nasy.: 9.73 g; Węglowodany ogółem: 255.64 g; W tym cukry: 71.71 g; Błonnik pok.: 17.82 g; Sód: 1252.04 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ił. D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	STAR- Ił. D01 Podstawowa	STAR- Ił. D02 Łatwo strawna	STAR- Ił. D02/ML Bezmleczna	STAR- Ił. Wrzodowa	STAR- Ił. D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	STAR- Ił. Papka	
2026-04-10 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE) Twaróg półtłusty 40 g (MLE) Miód (25g) 1 szt Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 40 g (MLE) Miód (25g) 1 szt Mandarynka 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 40 g (MLE) Miód (25g) 1 szt Mandarynka 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (GLU PSZ, SEL) Bulka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Pojedyncza delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 25 g Miód (25g) 1 szt Mandarynka 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 40 g (MLE) Miód (25g) 1 szt Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 40 g (MLE) Mandarynka 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Śn - STAR () 400 ml (JAJ, SEL) Mus z jabłek prażonych 100 g
							Sok pomidorowy 200 ml	
	Obiad	Krupnik jęczmienny* 400 ml (MLE, SEL, GLU, JECZ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB) Warzywa po grecku* 200 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny* 400 ml (MLE, SEL, GLU, JECZ) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (MLE) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB) Surowka z kapusty kiszzonej z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny* 400 ml (MLE, SEL, GLU, JECZ) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (MLE) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB) Warzywa po grecku* 200 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka)* 400 ml (SEL, GLU, JECZ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB) Warzywa po grecku* 200 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny* 400 ml (MLE, SEL, GLU, JECZ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB) Warzywa po grecku* 200 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny* 400 ml (MLE, SEL, GLU, JECZ) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (MLE) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB) Surowka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Papka Ob - STAR () 400 ml (SEL)
	PD					Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (MLE)		
	Kolacja	Bulka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej, 50 g (JAJ, SOJ, MLE) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE) Salatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE) Salatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Jajko gotowane ki M 1 szt (JAJ) Salatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej, 50 g (JAJ, SOJ, MLE) Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE) Salatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Kol - STAR () 400 ml (JAJ, SEL) Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml (GLU PSZ)
	PN		Sok jabłkowy 200 ml			Chleb razowy żytnio-pszenno-żytny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej, 30 g (JAJ, SOJ, MLE) Pomidor 15 g	Sok pomidorowy 200 ml	
		Wartość energetyczna: 2062,80 kcal; Białko ogółem: 80,07 g; Tłuszcz: 42,52 g; Kw. tł. nasy.: 13,67 g; Węglowodany ogółem: 362,34 g; W tym cukry: 76,30 g; Błonnik pok.: 27,62 g; Sód: 2398,57 mg;	Wartość energetyczna: 2236,57 kcal; Białko ogółem: 79,45 g; Tłuszcz: 71,26 g; Kw. tł. nasy.: 21,42 g; Węglowodany ogółem: 344,48 g; W tym cukry: 73,31 g; Błonnik pok.: 30,86 g; Sód: 2872,72 mg;	Wartość energetyczna: 2267,80 kcal; Białko ogółem: 84,89 g; Tłuszcz: 65,80 g; Kw. tł. nasy.: 21,01 g; Węglowodany ogółem: 355,89 g; W tym cukry: 79,40 g; Błonnik pok.: 29,44 g; Sód: 2204,75 mg;	Wartość energetyczna: 2064,26 kcal; Białko ogółem: 70,82 g; Tłuszcz: 53,22 g; Kw. tł. nasy.: 15,02 g; Węglowodany ogółem: 349,94 g; W tym cukry: 65,55 g; Błonnik pok.: 30,48 g; Sód: 2287,80 mg;	Wartość energetyczna: 2260,40 kcal; Białko ogółem: 85,99 g; Tłuszcz: 52,75 g; Kw. tł. nasy.: 18,73 g; Węglowodany ogółem: 374,94 g; W tym cukry: 92,15 g; Błonnik pok.: 22,88 g; Sód: 2339,48 mg;	Wartość energetyczna: 2354,61 kcal; Białko ogółem: 99,14 g; Tłuszcz: 85,24 g; Kw. tł. nasy.: 27,36 g; Węglowodany ogółem: 330,27 g; W tym cukry: 62,19 g; Błonnik pok.: 36,16 g; Sód: 3591,55 mg;	Wartość energetyczna: 1724,93 kcal; Białko ogółem: 49,76 g; Tłuszcz: 65,52 g; Kw. tł. nasy.: 10,26 g; Węglowodany ogółem: 243,90 g; W tym cukry: 46,35 g; Błonnik pok.: 17,48 g; Sód: 1660,89 mg;

	STAR- IŁ- D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	STAR- IŁ- D01 Podstawowa	STAR- IŁ- D02 Łatwo strawna	STAR- IŁ- D02/ML Bezmleczna	STAR- IŁ- Wrzodowa	STAR- IŁ- D03 Z ogr.łatwo przys. węglowodanów	STAR- IŁ- Papka	
2026-04-11 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE.) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE.) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE.) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, GLU OW.) Bulka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Pojedlwa delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW) Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE.) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE.) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Śn- STAR () 400 ml (JAJ, SEL) Sok pomidorowy 200 ml
		II ŚN					Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)	
2026-04-11 sobota	Obiad	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko 250 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko 200 g Kociolik meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (SEL) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko 250 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)(*) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko 250 g Potrawka drobiowa () 200 g (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko (brzowy) 200 g Kociolik meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (SEL) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Papka Ob- STAR () 400 ml (SEL)
		PD				Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	
2026-04-11 sobota	Kolacja	Bulka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE.) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE.) Paszetki Ciechanowski-Paszetki drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 60 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE.) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE.) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE.) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Kol- STAR () 400 ml (JAJ, SEL) Ryż z jabłkami 200 g
		PN	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)		Jabłko 150 g	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Pojedlwa delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Ogorek kiszony 15 g	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)
		Wartość energetyczna: 2177.07 kcal; Białko ogółem: 104.21 g; Tłuszcz: 48.20 g; Kw. tł. nasy.: 14.89 g; Węglowodany ogółem: 355.57 g; W tym cukry: 54.73 g; Błonnik pok.: 28.38 g; Sód: 2689.48 mg;	Wartość energetyczna: 2199.19 kcal; Białko ogółem: 93.35 g; Tłuszcz: 65.38 g; Kw. tł. nasy.: 20.18 g; Węglowodany ogółem: 336.99 g; W tym cukry: 55.92 g; Błonnik pok.: 32.94 g; Sód: 3177.31 mg;	Wartość energetyczna: 2114.72 kcal; Białko ogółem: 101.09 g; Tłuszcz: 54.51 g; Kw. tł. nasy.: 18.05 g; Węglowodany ogółem: 328.05 g; W tym cukry: 54.45 g; Błonnik pok.: 27.54 g; Sód: 2603.37 mg;	Wartość energetyczna: 2072.75 kcal; Białko ogółem: 88.27 g; Tłuszcz: 42.71 g; Kw. tł. nasy.: 14.31 g; Węglowodany ogółem: 361.71 g; W tym cukry: 58.03 g; Błonnik pok.: 32.84 g; Sód: 2503.68 mg;	Wartość energetyczna: 2242.01 kcal; Białko ogółem: 103.77 g; Tłuszcz: 54.51 g; Kw. tł. nasy.: 18.08 g; Węglowodany ogółem: 350.00 g; W tym cukry: 69.52 g; Błonnik pok.: 23.16 g; Sód: 2569.03 mg;	Wartość energetyczna: 2283.83 kcal; Białko ogółem: 101.97 g; Tłuszcz: 68.64 g; Kw. tł. nasy.: 21.47 g; Węglowodany ogółem: 346.34 g; W tym cukry: 60.25 g; Błonnik pok.: 40.72 g; Sód: 3474.04 mg;	Wartość energetyczna: 1850.70 kcal; Białko ogółem: 61.55 g; Tłuszcz: 69.13 g; Kw. tł. nasy.: 9.00 g; Węglowodany ogółem: 260.24 g; W tym cukry: 40.32 g; Błonnik pok.: 20.27 g; Sód: 1611.81 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ił. D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	STAR- Ił. D01 Podstawowa	STAR- Ił. D02 Łatwo strawna	STAR- Ił. D02/ML Bezmleczna	STAR- Ił. Wrzodowa	STAR- Ił. D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	STAR- Ił. Papka	
2026-04-12 niedziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE.) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Rzodkiew biała 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tuszc do smarowania (70%) 15 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE.) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Pomidor b/škorki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Rzodkiew biała 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Śn- STAR () 400 ml (JAJ, SEL.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)
							Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	
	Obiad	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany 80 g Sos własny () 70 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany bez oleju* 200 g (SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (MLE.) Kotlet schabowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (MLE.) Schab gotowany 80 g Sos własny () 70 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany 80 g Sos własny () 70 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany 80 g Sos własny () 70 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (MLE.) Schab gotowany 80 g Sos własny () 70 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Papka Ob- STAR () 400 ml (SEL.)
						Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Sok wielowarzynny pasteryzowany 200 ml	
	Kuchnia	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 80 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 80 g (MLE.) Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 80 g (MLE.) Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tuszc do smarowania (70%) 15 g Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 80 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Papka Kol- STAR () 400 ml (JAJ, MLE, SEL.)
				Galaretko o smaku truskawkowym 150 g			Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Pomidor 15 g	Galaretko o smaku truskawkowym 150 g
		Wartość energetyczna: 2071.41 kcal; Białko ogółem: 93.59 g; Tłuszcz: 42.71 g; Kw. tł. nasy.: 17.08 g; Węglowodany ogółem: 351.68 g; W tym cukry: 62.10 g; Błonnik pok.: 30.02 g; Sód: 2453.03 mg;	Wartość energetyczna: 2221.85 kcal; Białko ogółem: 77.67 g; Tłuszcz: 68.25 g; Kw. tł. nasy.: 21.74 g; Węglowodany ogółem: 351.96 g; W tym cukry: 56.16 g; Błonnik pok.: 34.10 g; Sód: 2166.40 mg;	Wartość energetyczna: 2106.09 kcal; Białko ogółem: 87.53 g; Tłuszcz: 55.74 g; Kw. tł. nasy.: 21.24 g; Węglowodany ogółem: 335.67 g; W tym cukry: 59.46 g; Błonnik pok.: 27.79 g; Sód: 1851.48 mg;	Wartość energetyczna: 2063.66 kcal; Białko ogółem: 87.25 g; Tłuszcz: 46.45 g; Kw. tł. nasy.: 16.32 g; Węglowodany ogółem: 349.16 g; W tym cukry: 46.39 g; Błonnik pok.: 29.57 g; Sód: 2387.82 mg;	Wartość energetyczna: 2257.24 kcal; Białko ogółem: 96.47 g; Tłuszcz: 55.44 g; Kw. tł. nasy.: 21.16 g; Węglowodany ogółem: 357.62 g; W tym cukry: 59.27 g; Błonnik pok.: 23.03 g; Sód: 2283.83 mg;	Wartość energetyczna: 2240.59 kcal; Białko ogółem: 101.05 g; Tłuszcz: 70.16 g; Kw. tł. nasy.: 26.15 g; Węglowodany ogółem: 334.79 g; W tym cukry: 48.37 g; Błonnik pok.: 36.79 g; Sód: 3190.80 mg;	Wartość energetyczna: 1657.10 kcal; Białko ogółem: 51.73 g; Tłuszcz: 62.71 g; Kw. tł. nasy.: 13.53 g; Węglowodany ogółem: 228.90 g; W tym cukry: 41.47 g; Błonnik pok.: 14.77 g; Sód: 2118.11 mg;