

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-15 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- IŁ- Niskotłuszczowa	STAR- IŁ Podstawowa	STAR- IŁ Łatwo strawna	STAR- IŁ Bezmleczna	STAR- IŁ Wrzodowa	STAR- IŁ Cukrzycowa	STAR- IŁ Papka	
2026-02-10 wtorek	Śniadanie	Płatki 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 Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jabłko 150 g	Płatki 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.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Pomarańcza 150 g	Płatki 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% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Pomarańcza 150 g	Płatki 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Pomarańcza 150 g	Płatki 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 Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jabłko pieczone 150 g	Płatki 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.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pomarańcza 150 g	Papka Śn - STAR () 400 ml (JAJ, SEL.) Ryz z jabłkami 200 g
		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)			Biszkoty b/ml 30 g (GLU, PSZ, JAJ.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)		
	Obiad	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU, PSZ, MLE.) Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU, PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g (MLE.) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU, PSZ, MLE.) Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU, PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 100 ml (GLU, PSZ, MLE.) Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU, PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU, PSZ, MLE.) Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU, PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU, PSZ, MLE.) Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU, PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g (MLE.) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU, PSZ, MLE.) Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g	Papka Ob - STAR () 400 ml (SEL.)
		Sok wielowarzywny pasteryzowany 200 ml						
	Kolacja	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.) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej. 50 g (JAJ, SOJ, MLE.) Pasta z brokuła * 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.) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej. 50 g (JAJ, SOJ, MLE.) Pasta z brokuła * 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.) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej. 50 g (JAJ, SOJ, MLE.) Pasta z brokuła * 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 rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pasta z brokuła * 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.) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej. 50 g (JAJ, SOJ, MLE.) Buraczki gotowane () 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.) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej. 50 g (JAJ, SOJ, MLE.) Pasta z brokuła * 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Kol - STAR () 400 ml (JAJ, SEL.) Mus z jabłek prażonych 100 g
		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)			Biszkoty b/ml 30 g (GLU, PSZ, JAJ.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod. białka, w osłonce niejadalnej. 30 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU, PSZ, SEL.) Pomidor 15 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)
		Wartość energetyczna: 2072.68 kcal; Białko ogółem: 97.54 g; Tłuszcz: 48.69 g; Węglowodany ogółem: 324.52 g;	Wartość energetyczna: 2153.22 kcal; Białko ogółem: 88.58 g; Tłuszcz: 70.91 g; Węglowodany ogółem: 304.09 g;	Wartość energetyczna: 2103.15 kcal; Białko ogółem: 91.58 g; Tłuszcz: 60.59 g; Węglowodany ogółem: 310.85 g;	Wartość energetyczna: 2023.17 kcal; Białko ogółem: 83.17 g; Tłuszcz: 51.40 g; Węglowodany ogółem: 322.18 g;	Wartość energetyczna: 2153.89 kcal; Białko ogółem: 100.12 g; Tłuszcz: 50.63 g; Węglowodany ogółem: 336.27 g;	Wartość energetyczna: 2171.48 kcal; Białko ogółem: 96.53 g; Tłuszcz: 73.83 g; Węglowodany ogółem: 296.14 g;	Wartość energetyczna: 1815.10 kcal; Białko ogółem: 53.41 g; Tłuszcz: 67.58 g; Węglowodany ogółem: 256.62 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-15 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- IŁ- Niskotłuszczowa	STAR- IŁ Podstawowa	STAR- IŁ Łatwo strawna	STAR- IŁ Bezmleczna	STAR- IŁ Wrzodowa	STAR- IŁ Cukrzycowa	STAR- IŁ Papka	
2026-02-11 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLUPSZ.) 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 (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno 60 g (GLUPSZ, 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-pszenno 40 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLUPSZ.) 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.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLUPSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g (GLUPSZ, 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	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Pomidor b/skórki 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 (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno 60 g (GLUPSZ, 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.)
		Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (MLE.)		Chleb razowy żytnio-pszenno 25 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania (70%) 5g Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.)		Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.)	Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (MLE.)
2026-02-11 środa	Obiad	Ziemniaczana * () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (GLU JECZ.) Pulpet wieprzowy 80 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 100 ml (GLUPSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (GLUPSZ, SEL, GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pulpet wieprzowy 80 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 100 ml (GLUPSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 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 Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (GLU JECZ.) Pulpet wieprzowy 80 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 100 ml (GLUPSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pulpet wieprzowy 80 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 100 ml (GLUPSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pulpet wieprzowy 80 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 100 ml (GLUPSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Papka Ob - STAR () 400 ml (SEL.)
		Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (MLE.)		Chleb razowy żytnio-pszenno 25 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania (70%) 5g Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.)		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml
2026-02-11 środa	Kolejacja	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno 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 (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno 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	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno 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	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno 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	Bułka 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 (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno 60 g (GLUPSZ, 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
		Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (MLE.)		Chleb razowy żytnio-pszenno 25 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania (70%) 5g Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.)		Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodana. 30 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, GOR.) Pomidor 15 g	Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (MLE.)
		Wartość energetyczna: 2427.32 kcal; Białko ogółem: 98.09 g; Tłuszcz: 60.86 g; Węglowodany ogółem: 385.50 g;	Wartość energetyczna: 2472.19 kcal; Białko ogółem: 92.17 g; Tłuszcz: 81.11 g; Węglowodany ogółem: 361.89 g;	Wartość energetyczna: 2375.28 kcal; Białko ogółem: 94.98 g; Tłuszcz: 81.11 g; Węglowodany ogółem: 360.06 g;	Wartość energetyczna: 2206.40 kcal; Białko ogółem: 83.49 g; Tłuszcz: 67.40 g; Węglowodany ogółem: 347.89 g;	Wartość energetyczna: 2526.17 kcal; Białko ogółem: 97.07 g; Tłuszcz: 67.24 g; Węglowodany ogółem: 393.59 g;	Wartość energetyczna: 2563.38 kcal; Białko ogółem: 98.06 g; Tłuszcz: 89.98 g; Węglowodany ogółem: 361.57 g;	Wartość energetyczna: 1931.25 kcal; Białko ogółem: 56.25 g; Tłuszcz: 69.50 g; Węglowodany ogółem: 279.06 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-15 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- IŁ- Niskotłuszczowa	STAR- IŁ Podstawowa	STAR- IŁ Łatwo strawna	STAR- IŁ Bezmleczna	STAR- IŁ Wrzodowa	STAR- IŁ Cukrzycowa	STAR- IŁ Papka	
2026-02-12 czwartek	Sniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLUPSZ.) 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.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) 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.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLUPSZ.) 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.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (GLUPSZ, SEL.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLUPSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g (GLUPSZ, MLE.) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) 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	Kasza manna na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) 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.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Śn - STAR () 400 ml (JAJ, SEL.) Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml (GLUPSZ.)
		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)		Banan 150 g		Jabłko 150 g	Banan 150 g	
2026-02-12 czwartek	Obiad	Kalaforowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLUPSZ.) Sos boloński z mięsa wieprz lop - dieta* 100 g (GLUPSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany bez oleju* 200 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kalaforowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLUPSZ.) Sos boloński z mięsa wieprz lop - dieta* 100 g (GLUPSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kalaforowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Makaron 200 g (GLUPSZ.) Sos boloński z mięsa wieprz lop - dieta* 100 g (GLUPSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kalaforowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Makaron 200 g (GLUPSZ.) Sos boloński z mięsa wieprz lop - dieta* 100 g (GLUPSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kalaforowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLUPSZ.) Sos boloński z mięsa wieprz lop* 100 g (GLUPSZ, MLE, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g (SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Papka Ob - STAR () 400 ml (SEL.)	
		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)		Banan 150 g		Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE.) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g (SEL.) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Kol - STAR () 400 ml (JAJ, SEL.) Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml	
2026-02-12 czwartek	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLUPSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE.) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g (SEL.) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE.) Pasta z ciecierzycy z warzywami* 80 g (SEL.) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLUPSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE.) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g (SEL.) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLUPSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g (GLUPSZ, 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 120 g (GLUPSZ.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE.) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g (SEL.) Marchew gotowana z olejem* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE.) Pasta z ciecierzycy z warzywami* 80 g (SEL.) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Kol - STAR () 400 ml (JAJ, SEL.) Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml
		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)		Banan 150 g		Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Ser żółty 30 g (MLE.) Ogórek kiszony 15 g	Banan 150 g	
2026-02-12 czwartek	PN	Wartość energetyczna: 1963.03 kcal; Białko ogółem: 80.34 g; Tłuszcz: 44.27 g; Węglowodany ogółem: 323.81 g;	Wartość energetyczna: 2079.98 kcal; Białko ogółem: 76.18 g; Tłuszcz: 58.98 g; Węglowodany ogółem: 316.17 g;	Wartość energetyczna: 1989.27 kcal; Białko ogółem: 81.62 g; Tłuszcz: 52.55 g; Węglowodany ogółem: 303.45 g;	Wartość energetyczna: 1949.62 kcal; Białko ogółem: 76.49 g; Tłuszcz: 40.57 g; Węglowodany ogółem: 328.51 g;	Wartość energetyczna: 2297.01 kcal; Białko ogółem: 82.75 g; Tłuszcz: 64.23 g; Węglowodany ogółem: 360.19 g;	Wartość energetyczna: 2269.62 kcal; Białko ogółem: 86.23 g; Tłuszcz: 77.24 g; Węglowodany ogółem: 312.48 g;	Wartość energetyczna: 1758.43 kcal; Białko ogółem: 47.80 g; Tłuszcz: 64.45 g; Węglowodany ogółem: 255.64 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-15 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- IŁ- Niskotłuszczowa	STAR- IŁ Podstawowa	STAR- IŁ Łatwo strawna	STAR- IŁ Bezmleczna	STAR- IŁ Wrzodowa	STAR- IŁ Cukrzycowa	STAR- IŁ Papka	
2026-02-13 piątek	Śniadanie	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> ,) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE</u> ,) Twaróg półtusty 40 g (<u>MLE</u> ,) 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 (<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> ,) Twaróg półtusty 40 g (<u>MLE</u> ,) Miód (25g) 1 szt Mandarynka 150 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> ,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u> ,) Twaróg półtusty 40 g (<u>MLE</u> ,) 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 (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Bułka 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 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 (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u> ,) Twaróg półtusty 40 g (<u>MLE</u> ,) 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 (<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> ,) Twaróg półtusty 80 g (<u>MLE</u> ,) Mandarynka 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Śn - STAR () 400 ml (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ,) Mus z jabłek prażonych 100 g
		Sok jabłkowy 200 ml			Sok pomidorowy 200 ml			
2026-02-13 piątek	Obiad	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ</u> ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB</u> ,) Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ</u> ,) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE</u> ,) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB</u> ,) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ</u> ,) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE</u> ,) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB</u> ,) Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ</u> ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB</u> ,) Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ</u> ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB</u> ,) Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ</u> ,) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE</u> ,) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB</u> ,) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Papka Ob - STAR () 400 ml (<u>SEL</u> ,)
							Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (<u>MLE</u> ,)	Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (<u>MLE</u> ,)
2026-02-13 piątek	Kolacja	Bułka 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> ,) Kurczak gotowany-dr,produkt grubo rozdrobniony,parzony, z dod.białka, w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</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</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> ,) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) Salatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka 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> ,) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) Salatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> ,) Salatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU</u> <u>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</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ,) 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</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> ,) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) Salatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Kol - STAR () 400 ml (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ,) Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,)
		Sok jabłkowy 200 ml						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> ,) Kurczak gotowany-dr,produkt grubo rozdrobniony,parzony, z dod.białka, w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ,) Pomidor 15 g
		Wartość energetyczna: 2096.72 kcal; Białko ogółem: 80.07 g; Tłuszcz: 42.52 g; Węglowodany ogółem: 360.90 g;	Wartość energetyczna: 2270.49 kcal; Białko ogółem: 79.45 g; Tłuszcz: 71.26 g; Węglowodany ogółem: 340.30 g;	Wartość energetyczna: 2301.72 kcal; Białko ogółem: 84.89 g; Tłuszcz: 65.80 g; Węglowodany ogółem: 354.81 g;	Wartość energetyczna: 2098.18 kcal; Białko ogółem: 70.82 g; Tłuszcz: 53.22 g; Węglowodany ogółem: 347.79 g;	Wartość energetyczna: 2314.27 kcal; Białko ogółem: 85.99 g; Tłuszcz: 52.75 g; Węglowodany ogółem: 384.13 g;	Wartość energetyczna: 2354.61 kcal; Białko ogółem: 99.14 g; Tłuszcz: 85.24 g; Węglowodany ogółem: 312.53 g;	Wartość energetyczna: 1744.88 kcal; Białko ogółem: 49.76 g; Tłuszcz: 65.52 g; Węglowodany ogółem: 246.69 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-15 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- IŁ- Niskotłuszczowa	STAR- IŁ Podstawowa	STAR- IŁ Łatwo strawna	STAR- IŁ Bezmleczna	STAR- IŁ Wrzodowa	STAR- IŁ Cukrzycowa	STAR- IŁ Papka	
2026-02-14 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) 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.) 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-pszenno-żytni 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-pszenno-żytni 40 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka 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.) 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 niejadanej 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.) 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 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-pszenno-żytni 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
		Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)			Jabłko 150 g	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)		
2026-02-14 sobota	Obiad	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ryz na sypko 250 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ryz na sypko 200 g Kociulek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ryz na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ryz na sypko 250 g Potrawka drobiowa () 200 g (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ryz na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ryz na sypko (brązowy) 200 g Kociulek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Papka Ob - STAR () 400 ml (SEL.)
							Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml
2026-02-14 sobota	Kolejacja	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.) 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-pszenno-żytni 40 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE.) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkami 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	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.) 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	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	Bułka 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-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	Papka Kol - STAR () 400 ml (JAJ, SEL.) Ryz z jabłkami 200 g
		Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)			Jabłko 150 g	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadanej 30 g Ogórek kiszony 15 g	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)
		Wartość energetyczna: 2210.99 kcal; Białko ogółem: 104.21 g; Tłuszcz: 48.20 g; Węglowodany ogółem: 354.15 g;	Wartość energetyczna: 2233.11 kcal; Białko ogółem: 93.35 g; Tłuszcz: 65.38 g; Węglowodany ogółem: 331.53 g;	Wartość energetyczna: 2148.64 kcal; Białko ogółem: 101.09 g; Tłuszcz: 54.51 g; Węglowodany ogółem: 326.99 g;	Wartość energetyczna: 2106.67 kcal; Białko ogółem: 88.27 g; Tłuszcz: 42.71 g; Węglowodany ogółem: 358.86 g;	Wartość energetyczna: 2315.83 kcal; Białko ogółem: 103.77 g; Tłuszcz: 54.51 g; Węglowodany ogółem: 364.20 g;	Wartość energetyczna: 2283.83 kcal; Białko ogółem: 101.97 g; Tłuszcz: 68.64 g; Węglowodany ogółem: 328.66 g;	Wartość energetyczna: 1850.70 kcal; Białko ogółem: 61.55 g; Tłuszcz: 69.13 g; Węglowodany ogółem: 255.94 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-15 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- IŁ- Niskotłuszczowa	STAR- IŁ Podstawowa	STAR- IŁ Łatwo strawna	STAR- IŁ Bezmleczna	STAR- IŁ Wrzodowa	STAR- IŁ Cukrzycowa	STAR- IŁ Papka	
2026-02-15 niedziela	Sniadanie II ŚN	Kasza jęczmienna 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.) 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-pszenno-żytni 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 razowy żytnio-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-pszenno-żytni 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	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/skórki 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-pszenno-żytni 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.)
		Galaretką o smaku truskawkowym 150 g						Biszkopty b/c 30 g (GLU, PSZ, JAJ.)
2026-02-15 niedziela	Obiad PD	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 70 ml (GLU, PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany bez oleju* 200 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (MLE.) Schab gotowany 70 g Sos własny () 70 ml (GLU, PSZ, JAJ.) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (MLE.) Schab gotowany 70 g Sos własny () 70 ml (GLU, PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany 70 g Sos własny () 70 ml (GLU, PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany 70 g Sos własny () 70 ml (GLU, PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem i koperkiem gotowane () 200 g (MLE.) Schab gotowany 70 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 wielowarzynowy pasteryzowany 200 ml
2026-02-15 niedziela	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.) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 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-pszenno-żytni 40 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 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-pszenno-żytni 40 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 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-pszenno-żytni 40 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Tłuszcz 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 brzoskwinowym 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-pszenno-żytni 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.)
		Galaretką o smaku truskawkowym 150 g						Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Pomidor 15 g
		Wartość energetyczna: 2144.03 kcal; Białko ogółem: 100.46 g; Tłuszcz: 43.97 g; Węglowodany ogółem: 350.26 g;	Wartość energetyczna: 2219.95 kcal; Białko ogółem: 75.15 g; Tłuszcz: 66.26 g; Węglowodany ogółem: 344.88 g;	Wartość energetyczna: 2147.66 kcal; Białko ogółem: 84.09 g; Tłuszcz: 58.11 g; Węglowodany ogółem: 334.61 g;	Wartość energetyczna: 2105.23 kcal; Białko ogółem: 83.82 g; Tłuszcz: 48.82 g; Węglowodany ogółem: 347.02 g;	Wartość energetyczna: 2298.81 kcal; Białko ogółem: 93.03 g; Tłuszcz: 57.81 g; Węglowodany ogółem: 361.27 g;	Wartość energetyczna: 2221.24 kcal; Białko ogółem: 97.61 g; Tłuszcz: 69.53 g; Węglowodany ogółem: 317.82 g;	Wartość energetyczna: 1657.10 kcal; Białko ogółem: 51.73 g; Tłuszcz: 62.71 g; Węglowodany ogółem: 228.90 g;

	STAR- IŁ- Niskotłuszczowa	STAR- IŁ Podstawowa	STAR- IŁ Łatwo strawna	STAR- IŁ Bezmleczna	STAR- IŁ Wrzodowa	STAR- IŁ Cukrzycowa	STAR- IŁ Papka	
2026-02-16 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLUPSZ.) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLUPSZ, 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	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLUPSZ.) 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	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLUPSZ, 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	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) 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	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pomidor 100 g	Papka Śn - STAR () 400 ml (JAJ, SEL.) Mus z jabłek () z/c 100 g
		Banan 150 g					Mandarynka 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)
Obiad	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 80 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLUPSZ, MLE.) Marchew oprószana z olejem* 200 g (GLUPSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Piecarkowa z makaronem * 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, S02.) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (MLE.) Pulpet drobiowy 80 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLUPSZ, MLE.) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 80 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLUPSZ, MLE.) Marchew oprószana z olejem* 200 g (GLUPSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 80 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 100 ml (GLUPSZ.) Marchew oprószana z olejem* 200 g (GLUPSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 80 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLUPSZ, MLE.) Marchew oprószana z olejem* 200 g (GLUPSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 80 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLUPSZ, MLE.) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Papka Ob - STAR () 400 ml (SEL.)	
	PD						Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Sok pomarańczowy 200 ml
Kolejnie	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLUPSZ.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek kiszony 100 g Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek kiszony 100 g Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLUPSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLUPSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLUPSZ.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE) 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 (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Kol - STAR () 400 ml (JAJ, SEL.) Ryż z jabłkami 200 g	
	PN	Banan 150 g					Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Pomidor 15 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)
Wartość energetyczna: 2080.69 kcal; Białko ogółem: 82.82 g; Tłuszcz: 48.78 g; Węglowodany ogółem: 341.75 g;		Wartość energetyczna: 2007.17 kcal; Białko ogółem: 79.86 g; Tłuszcz: 50.57 g; Węglowodany ogółem: 322.06 g;	Wartość energetyczna: 2102.09 kcal; Białko ogółem: 81.14 g; Tłuszcz: 50.57 g; Węglowodany ogółem: 330.38 g;	Wartość energetyczna: 2037.89 kcal; Białko ogółem: 75.71 g; Tłuszcz: 56.78 g; Węglowodany ogółem: 341.12 g;	Wartość energetyczna: 2236.37 kcal; Białko ogółem: 90.02 g; Tłuszcz: 58.99 g; Węglowodany ogółem: 348.17 g;	Wartość energetyczna: 2064.95 kcal; Białko ogółem: 93.04 g; Tłuszcz: 62.18 g; Węglowodany ogółem: 299.12 g;	Wartość energetyczna: 1842.05 kcal; Białko ogółem: 52.97 g; Tłuszcz: 67.24 g; Węglowodany ogółem: 266.35 g;	

	STAR- IŁ- Niskotłuszczowa	STAR- IŁ Podstawowa	STAR- IŁ Łatwo strawna	STAR- IŁ Bezmleczna	STAR- IŁ Wrzodowa	STAR- IŁ Cukrzycowa	STAR- IŁ Papka	
2026-02-17 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</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 75% 10 g (<u>MLE,</u>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE,</u>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE,</u>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ,</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 Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ,</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE,</u>) 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	Zacierka 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>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Sałata 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 1 Por (<u>GLUPSZ,</u>)
		Jabłko 150 g					Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryz na sypko 200 g Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szczawiowa z ziemniakami(*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryz na sypko 200 g Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryz na sypko 200 g Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ryz na sypko 200 g Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryz na sypko 200 g Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryz na sypko (brązowy) 200 g Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Papka Ob - STAR () 400 ml (<u>SEL,</u>)
							Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 150 ml
	Kolejka	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>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Rzodkiew biała 100 g 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>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ,</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 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>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 20 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 twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Rzodkiew biała 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Kol - STAR () 400 ml (<u>JAJ, SEL,</u>) Sok pomarańczowy 200 ml
		Jabłko 150 g					Jabłko pieczone 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 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 30 g Ogórek kiszony 15 g
	PN	Wartość energetyczna: 2122.24 kcal; Białko ogółem: 98.77 g; Tłuszcz: 40.87 g; Węglowodany ogółem: 352.08 g;	Wartość energetyczna: 2072.86 kcal; Białko ogółem: 90.47 g; Tłuszcz: 51.15 g; Węglowodany ogółem: 325.16 g;	Wartość energetyczna: 2135.64 kcal; Białko ogółem: 97.05 g; Tłuszcz: 48.07 g; Węglowodany ogółem: 340.70 g;	Wartość energetyczna: 2086.12 kcal; Białko ogółem: 90.82 g; Tłuszcz: 38.49 g; Węglowodany ogółem: 358.02 g;	Wartość energetyczna: 2286.52 kcal; Białko ogółem: 99.14 g; Tłuszcz: 47.91 g; Węglowodany ogółem: 374.23 g;	Wartość energetyczna: 2249.46 kcal; Białko ogółem: 100.77 g; Tłuszcz: 63.66 g; Węglowodany ogółem: 333.16 g;	Wartość energetyczna: 1617.20 kcal; Białko ogółem: 42.83 g; Tłuszcz: 62.51 g; Węglowodany ogółem: 229.63 g;

	STAR- IŁ- Niskotłuszczowa	STAR- IŁ Podstawowa	STAR- IŁ Łatwo strawna	STAR- IŁ Bezmleczna	STAR- IŁ Wrzodowa	STAR- IŁ Cukrzycowa	STAR- IŁ Papka	
2026-02-18 środa	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLUPSZ,</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLUPSZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLUPSZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ,</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Śn - STAR () 400 ml (<u>JAJ, SEL,</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g
		Sok wielowarzywny pasteryzowany 200 ml						Sok pomidorowy 200 ml
	Obiad	Dyniowa z makaronem () 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL,</u>) Pierogi leniwe 300 g (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE,</u>) Surowka z selera i jabłka () 200 g (<u>MLE, SEL,</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Fasolowa z makaronem () 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Pierogi leniwe z masłem i bułką tartą () 300 g (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE,</u>) Surowka z selera i jabłka () 200 g (<u>MLE, SEL,</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL,</u>) Pierogi leniwe 300 g (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE,</u>) Surowka z selera i jabłka () 200 g (<u>MLE, SEL,</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka) () 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE,</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLUPSZ,</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE,</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLUPSZ,</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL,</u>) Pierogi leniwe 300 g (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE,</u>) Surowka z selera i jabłka b/c () 200 g (<u>MLE, SEL,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Papka Ob - STAR () 400 ml (<u>SEL,</u>)
		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)						Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)
	Kolejacja	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLUPSZ,</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 80 g (<u>RYB, SEL,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE,</u>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 80 g (<u>RYB, SEL,</u>) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLUPSZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE,</u>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 80 g (<u>RYB, SEL,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLUPSZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 80 g (<u>RYB, SEL,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLUPSZ,</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE,</u>) 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 (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE,</u>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 80 g (<u>RYB, SEL,</u>) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Kol - STAR () 400 ml (<u>JAJ, SEL,</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
		Sok wielowarzywny pasteryzowany 200 ml						Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 15 g
	PN	Wartość energetyczna: 2024.57 kcal; Białko ogółem: 84.92 g; Tłuszcz: 44.71 g; Węglowodany ogółem: 337.59 g;	Wartość energetyczna: 2356.62 kcal; Białko ogółem: 86.58 g; Tłuszcz: 67.18 g; Węglowodany ogółem: 371.51 g;	Wartość energetyczna: 2059.67 kcal; Białko ogółem: 80.00 g; Tłuszcz: 55.45 g; Węglowodany ogółem: 326.20 g;	Wartość energetyczna: 1952.12 kcal; Białko ogółem: 78.89 g; Tłuszcz: 49.13 g; Węglowodany ogółem: 313.83 g;	Wartość energetyczna: 2109.64 kcal; Białko ogółem: 99.87 g; Tłuszcz: 55.84 g; Węglowodany ogółem: 313.28 g;	Wartość energetyczna: 2233.83 kcal; Białko ogółem: 92.04 g; Tłuszcz: 75.09 g; Węglowodany ogółem: 316.84 g;	Wartość energetyczna: 1705.15 kcal; Białko ogółem: 51.29 g; Tłuszcz: 66.42 g; Węglowodany ogółem: 239.21 g;

	STAR- IŁ- Niskotłuszczowa	STAR- IŁ Podstawowa	STAR- IŁ Łatwo strawna	STAR- IŁ Bezmleczna	STAR- IŁ Wrzodowa	STAR- IŁ Cukrzycowa	STAR- IŁ Papka	
2026-02-19 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLUPSZ.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE.) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g 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 (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE.) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g 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 razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLUPSZ.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE.) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g 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.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 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.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Pomidor b/skórki 100 g Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE.) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Papka Śn - STAR () 400 ml (JAJ, SEL.) Kasza manna na wodzie i mleku z jabłkiem prażonym 200 ml (GLU PSZ, MLE.)
		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml
Obiad	Ziemniaczana * () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLUPSZ.) Cukinia pieczona z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Fasolka po bretońsku 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Mandarynka 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLUPSZ.) Cukinia pieczona z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLUPSZ.) Cukinia pieczona z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLUPSZ.) Cukinia pieczona z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Papka Ob - STAR () 400 ml (SEL.)	
	Sok wielowarzynny pasteryzowany 200 ml							
Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLUPSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE.) Serek homo z natką pietruszki 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Sałata zielona 20 g Ser zółty 50 g (MLE.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLUPSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo z natką pietruszki 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo z natką pietruszki 80 g (MLE.) Bułki jarzyn gotowane z olejem () 100 g (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE.) Ser zółty 50 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Kol - STAR () 400 ml (JAJ, SEL.) Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml	
	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml						Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE.) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Ogórek kiszony 15 g	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
PN	Wartość energetyczna: 2214.95 kcal; Białko ogółem: 91.42 g; Tłuszcz: 57.08 g; Węglowodany ogółem: 347.19 g;	Wartość energetyczna: 2458.13 kcal; Białko ogółem: 86.90 g; Tłuszcz: 70.99 g; Węglowodany ogółem: 386.79 g;	Wartość energetyczna: 2237.65 kcal; Białko ogółem: 89.72 g; Tłuszcz: 65.41 g; Węglowodany ogółem: 335.68 g;	Wartość energetyczna: 2201.15 kcal; Białko ogółem: 84.23 g; Tłuszcz: 56.57 g; Węglowodany ogółem: 354.07 g;	Wartość energetyczna: 2405.21 kcal; Białko ogółem: 95.44 g; Tłuszcz: 71.60 g; Węglowodany ogółem: 358.31 g;	Wartość energetyczna: 2341.08 kcal; Białko ogółem: 96.84 g; Tłuszcz: 86.64 g; Węglowodany ogółem: 310.08 g;	Wartość energetyczna: 1751.03 kcal; Białko ogółem: 47.24 g; Tłuszcz: 64.34 g; Węglowodany ogółem: 253.47 g;	