

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 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	
2026-04-27 poniedziałek	Śniadanie II SN	Platki jęczmienne 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.) 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-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 Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-pszenny 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-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	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.) 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 Śn - STAR () 400 ml (JAJ, SEL.) Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 300 ml (GLU, PSZ.)
							Pomarańcza 150 g	
2026-04-27 poniedziałek	Obiad PD	Brokułowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Sos koperkowy * 100 ml (GLU, PSZ, MLE.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/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.) S02. Surowka z selera i jabłka () 200 g (MLE, SEL.) Kompot owocowy* z/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 Kompot owocowy* z/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 Kompot owocowy* z/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 Kompot owocowy* z/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.) 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	Mus z jabłek prażonych 100 g
2026-04-27 poniedziałek	Kolacja PN	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 i ryby got. (mintaj) z koperkiem 80 g (RYB, MLE.) 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 twarogu i makreli wędzonej** 80 g (RYB, 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 twarogu i ryby got. (mintaj) z koperkiem 80 g (RYB, 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 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.) Pasta z twarogu i ryby got. (mintaj) z koperkiem 80 g (RYB, MLE.) Pomidor b/śkórki 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 twarogu i makreli wędzonej** 80 g (RYB, MLE.) 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 jabłek prażonych 100 g	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 Salata zielona 5 g	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
		Wartość energetyczna: 2021.23 kcal; Białko ogółem: 85.30 g; Tłuszcz: 50.58 g; Kw. tł. nasy.: 18.11 g; Węglowodany ogółem: 333.34 g; W tym cukry: 71.53 g; Błonnik pok.: 34.30 g; Sód: 2659.38 mg;	Wartość energetyczna: 2208.08 kcal; Białko ogółem: 81.01 g; Tłuszcz: 69.47 g; Kw. tł. nasy.: 25.13 g; Węglowodany ogółem: 347.70 g; W tym cukry: 67.00 g; Błonnik pok.: 40.38 g; Sód: 3127.83 mg;	Wartość energetyczna: 2042.63 kcal; Białko ogółem: 83.62 g; Tłuszcz: 58.58 g; Kw. tł. nasy.: 22.26 g; Węglowodany ogółem: 321.61 g; W tym cukry: 71.29 g; Błonnik pok.: 33.94 g; Sód: 2578.58 mg;	Wartość energetyczna: 1970.97 kcal; Białko ogółem: 76.42 g; Tłuszcz: 46.87 g; Kw. tł. nasy.: 14.97 g; Węglowodany ogółem: 341.43 g; W tym cukry: 57.30 g; Błonnik pok.: 36.37 g; Sód: 2968.81 mg;	Wartość energetyczna: 2293.92 kcal; Białko ogółem: 92.32 g; Tłuszcz: 57.76 g; Kw. tł. nasy.: 19.84 g; Węglowodany ogółem: 368.66 g; W tym cukry: 92.40 g; Błonnik pok.: 28.40 g; Sód: 2628.64 mg;	Wartość energetyczna: 2159.13 kcal; Białko ogółem: 85.86 g; Tłuszcz: 71.61 g; Kw. tł. nasy.: 28.76 g; Węglowodany ogółem: 329.70 g; W tym cukry: 58.72 g; Błonnik pok.: 42.65 g; Sód: 3324.39 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.: 17.32 g; Sód: 1269.51 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 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	
2026-04-28 wtorek	Sniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>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 rozdrobiony, 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-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 rozdrobiony, 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-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) 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>) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobiony, 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-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Pojedyncza delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobiony, 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 rozdrobiony, 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-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 rozdrobiony, 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
		II ŚN					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>) Salata zielona 5 g	
2026-04-28 wtorek	Obiad	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 250 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Dymna duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, SOJ</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Dymna duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* z/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>) Dymna duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* z/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>) Dymna duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* z/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>) Dymna duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Dymna duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Papka Ob - STAR () 400 ml (<u>SEL</u>)
		PD					Sok wielowarzyzny pasteryzowany 200 ml	
2026-04-28 wtorek	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>) Galaretki drobiowa z ud* 100g (<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>) Galaretki drobiowa z ud* 100g (<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>) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Galaretki drobiowa z ud* 100g (<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-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>) Galaretki drobiowa z ud* 100g (<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>)	
	Wartość energetyczna: 2250.76 kcal; Białko ogółem: 104.40 g; Tłuszcz: 51.28 g; Kw. tł. nasy.: 17.92 g; Węglowodany ogółem: 359.88 g; W tym cukry: 60.19 g; Błonnik pok.: 24.79 g; Sód: 2725.11 mg;	Wartość energetyczna: 2120.43 kcal; Białko ogółem: 95.84 g; Tłuszcz: 61.01 g; Kw. tł. nasy.: 21.24 g; Węglowodany ogółem: 322.00 g; W tym cukry: 51.52 g; Błonnik pok.: 27.66 g; Sód: 3412.02 mg;	Wartość energetyczna: 2216.53 kcal; Białko ogółem: 101.65 g; Tłuszcz: 59.95 g; Kw. tł. nasy.: 21.17 g; Węglowodany ogółem: 334.42 g; W tym cukry: 60.66 g; Błonnik pok.: 24.81 g; Sód: 2360.58 mg;	Wartość energetyczna: 2260.30 kcal; Białko ogółem: 94.53 g; Tłuszcz: 51.55 g; Kw. tł. nasy.: 16.83 g; Węglowodany ogółem: 376.12 g; W tym cukry: 71.44 g; Błonnik pok.: 28.90 g; Sód: 2182.09 mg;	Wartość energetyczna: 2278.00 kcal; Białko ogółem: 105.96 g; Tłuszcz: 58.50 g; Kw. tł. nasy.: 21.26 g; Węglowodany ogółem: 341.11 g; W tym cukry: 60.71 g; Błonnik pok.: 19.97 g; Sód: 3466.86 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.: 18.35 g; Sód: 2099.01 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 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	
2026-04-29 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>) Bulka 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 rozdrobiony, 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>) Bulka 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>) Bulka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tuszczo do smarowania (70%) 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobiony, 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>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobiony, 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* z/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* z/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* z/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* z/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 rozdrobiony, wędzony, parzony 30 g	Sok pomidorowy 200 ml
	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 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>) 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 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	Bulka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tuszczo do smarowania (70%) 15 g (<u>MLE</u>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobiony, parzony w oslonce 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 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 rozdrobiony, parzony w oslonce niejadalnej 30 g Pomidor 15 g
		Wartość energetyczna: 2090,85 kcal; Białko ogółem: 90,15 g; Tłuszcz: 44,26 g; Kw. tł. nasy.: 17,23 g; Węglowodany ogółem: 356,84 g; W tym cukry: 80,61 g; Błonnik pok.: 28,82 g; Sód: 2979,58 mg;	Wartość energetyczna: 2518,66 kcal; Białko ogółem: 88,28 g; Tłuszcz: 88,37 g; Kw. tł. nasy.: 31,30 g; Węglowodany ogółem: 375,14 g; W tym cukry: 75,05 g; Błonnik pok.: 36,25 g; Sód: 2732,02 mg;	Wartość energetyczna: 2118,31 kcal; Białko ogółem: 83,73 g; Tłuszcz: 56,16 g; Kw. tł. nasy.: 22,53 g; Węglowodany ogółem: 342,66 g; W tym cukry: 79,19 g; Błonnik pok.: 28,32 g; Sód: 2559,28 mg;	Wartość energetyczna: 1897,58 kcal; Białko ogółem: 77,85 g; Tłuszcz: 39,17 g; Kw. tł. nasy.: 14,33 g; Węglowodany ogółem: 335,17 g; W tym cukry: 60,99 g; Błonnik pok.: 29,47 g; Sód: 2673,38 mg;	Wartość energetyczna: 2425,03 kcal; Białko ogółem: 92,46 g; Tłuszcz: 53,13 g; Kw. tł. nasy.: 20,41 g; Węglowodany ogółem: 406,99 g; W tym cukry: 100,58 g; Błonnik pok.: 22,50 g; Sód: 2874,70 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 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>) 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 osłonce 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 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 Ogorek kiszony 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 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>) 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	Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bulka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU 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 PSZ, MLE</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 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 Pomidor b/śkórki 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 Ogorek kiszony 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 waniliowym b/c 150 ml (<u>MLE</u>)	
Obiad	Ziemiaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Surowka z marchwi i selera () 200 g (<u>MLE, SEL</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami ()* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Surowka z marchwi i selera () 200 g (<u>MLE, SEL</u>) Kompot owocowy* z/c 2 [Por] x 250 ml	Ziemiaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Surowka z marchwi i selera () 200 g (<u>MLE, SEL</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemiaczana *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Surowka z marchwi i selera z olejem () 200 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemiaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemiaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Surowka z marchwi i selera b/c () 200 g (<u>MLE, SEL</u>) Kompot owocowy* 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 PSZ, 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 PSZ</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE</u>) 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 75% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Salatka jarzynowa () 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) 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 Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL</u>) 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 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 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, SEL</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>) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Salatka jarzynowa () 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Kol- STAR () 400 ml (<u>JAJ, SEL</u>) Ryz z jabłkami 200 g	
	PN		Budyń o smaku waniliowym z/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 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 Salata zielona 5 g	Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (<u>MLE</u>)	
	Wartość energetyczna: 2278.57 kcal; Białko ogółem: 92.21 g; Tłuszcz: 52.63 g; Kw. tł. nasy.: 19.35 g; Węglowodany ogółem: 386.99 g; W tym cukry: 84.56 g; Błonnik pok.: 34.90 g; Sód: 2888.50 mg;	Wartość energetyczna: 2345.16 kcal; Białko ogółem: 86.44 g; Tłuszcz: 67.22 g; Kw. tł. nasy.: 24.25 g; Węglowodany ogółem: 379.80 g; W tym cukry: 89.47 g; Błonnik pok.: 38.28 g; Sód: 3924.59 mg;	Wartość energetyczna: 2291.97 kcal; Białko ogółem: 90.49 g; Tłuszcz: 59.83 g; Kw. tł. nasy.: 22.60 g; Węglowodany ogółem: 375.25 g; W tym cukry: 84.32 g; Błonnik pok.: 34.54 g; Sód: 2813.30 mg;	Wartość energetyczna: 2198.20 kcal; Białko ogółem: 81.21 g; Tłuszcz: 55.39 g; Kw. tł. nasy.: 15.87 g; Węglowodany ogółem: 374.36 g; W tym cukry: 53.91 g; Błonnik pok.: 37.91 g; Sód: 2608.75 mg;	Wartość energetyczna: 2355.61 kcal; Białko ogółem: 94.84 g; Tłuszcz: 58.03 g; Kw. tł. nasy.: 21.37 g; Węglowodany ogółem: 379.13 g; W tym cukry: 78.64 g; Błonnik pok.: 25.65 g; Sód: 2733.05 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: 1950.25 kcal; Białko ogółem: 50.15 g; Tłuszcz: 66.60 g; Kw. tł. nasy.: 10.69 g; Węglowodany ogółem: 297.86 g; W tym cukry: 65.17 g; Błonnik pok.: 19.90 g; Sód: 1294.31 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 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
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) Banana 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) Banana 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 Banana 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) Banana 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) Banana 150 g
	II SN						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* z/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* z/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* z/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* z/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* z/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: 2378.36 kcal; Białko ogółem: 91.64 g; Tłuszcz: 50.45 g; Kw. tł. nasy.: 17.22 g; Węglowodany ogółem: 414.90 g; W tym cukry: 109.43 g; Błonnik pok.: 30.33 g; Sód: 2577.22 mg;	Wartość energetyczna: 2525.94 kcal; Białko ogółem: 87.52 g; Tłuszcz: 73.80 g; Kw. tł. nasy.: 24.41 g; Węglowodany ogółem: 405.98 g; W tym cukry: 99.41 g; Błonnik pok.: 33.30 g; Sód: 2499.09 mg;	Wartość energetyczna: 2468.23 kcal; Białko ogółem: 90.25 g; Tłuszcz: 65.18 g; Kw. tł. nasy.: 23.59 g; Węglowodany ogółem: 403.58 g; W tym cukry: 110.05 g; Błonnik pok.: 30.02 g; Sód: 2271.34 mg;	Wartość energetyczna: 2095.74 kcal; Białko ogółem: 71.64 g; Tłuszcz: 47.32 g; Kw. tł. nasy.: 14.53 g; Węglowodany ogółem: 373.13 g; W tym cukry: 102.37 g; Błonnik pok.: 34.03 g; Sód: 2192.62 mg;	Wartość energetyczna: 2518.54 kcal; Białko ogółem: 98.27 g; Tłuszcz: 60.49 g; Kw. tł. nasy.: 22.23 g; Węglowodany ogółem: 412.19 g; W tym cukry: 115.04 g; Błonnik pok.: 24.65 g; Sód: 2538.57 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: 1831.43 kcal; Białko ogółem: 48.70 g; Tłuszcz: 66.20 g; Kw. tł. nasy.: 10.94 g; Węglowodany ogółem: 269.39 g; W tym cukry: 90.26 g; Błonnik pok.: 18.27 g; Sód: 1282.54 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 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	
2026-05-02 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE) 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) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej 50 g (JAJ, SOJ, MLE) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na mleku 300 ml (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) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej 50 g (JAJ, SOJ, MLE) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na mleku 300 ml (MLE) 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) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej 50 g (JAJ, SOJ, MLE) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL) Bulka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tuszczyz 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	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Bulka pszenna długa krojona 100 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 biskorki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na mleku 300 ml (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) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej 50 g (JAJ, SOJ, MLE) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Śn - STAR () 400 ml (JAJ, SEL) Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml (GLU PSZ)
		II ŚN					Chleb razowy żytnio-pszenny 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 Salata lodowa 5 g	
Obiad	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL) Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (GLU JECZ) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami ()* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150 g (GLU PSZ) Kasza gryczana 200 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL) Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml (SEL) Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (GLU JECZ) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL) Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami ()* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g (GLU PSZ, SEL) Kasza gryczana 200 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Papka Ob - STAR () 400 ml (SEL)	
	PD				Galaretko o smaku brzoskwiowym 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 30 g Pomidor 50 g	Galaretko o smaku brzoskwiowym 150 g	
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) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Salata lodowa 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) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Salata lodowa 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) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Salata lodowa 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.) Tuszczyz do smarowania (70%) 15 g Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Salata lodowa 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) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g 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 75% 15 g (MLE) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Salata lodowa 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)			Banan 150 g	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)		
	Wartość energetyczna: 2219.60 kcal; Białko ogółem: 102.54 g; Tłuszcz: 52.98 g; Kw. tł. nasy.: 16.58 g; Węglowodany ogółem: 359.29 g; W tym cukry: 64.14 g; Błonnik pok.: 33.56 g; Sód: 2836.20 mg;	Wartość energetyczna: 2306.95 kcal; Białko ogółem: 106.98 g; Tłuszcz: 76.42 g; Kw. tł. nasy.: 20.31 g; Węglowodany ogółem: 324.88 g; W tym cukry: 41.06 g; Błonnik pok.: 31.18 g; Sód: 4304.40 mg;	Wartość energetyczna: 2167.56 kcal; Białko ogółem: 99.43 g; Tłuszcz: 59.52 g; Kw. tł. nasy.: 19.73 g; Węglowodany ogółem: 333.49 g; W tym cukry: 63.80 g; Błonnik pok.: 32.04 g; Sód: 2711.68 mg;	Wartość energetyczna: 2138.80 kcal; Białko ogółem: 83.98 g; Tłuszcz: 44.95 g; Kw. tł. nasy.: 15.72 g; Węglowodany ogółem: 379.59 g; W tym cukry: 81.04 g; Błonnik pok.: 36.81 g; Sód: 2518.60 mg;	Wartość energetyczna: 2340.42 kcal; Białko ogółem: 105.21 g; Tłuszcz: 61.62 g; Kw. tł. nasy.: 19.87 g; Węglowodany ogółem: 358.97 g; W tym cukry: 86.65 g; Błonnik pok.: 28.92 g; Sód: 2730.17 mg;	Wartość energetyczna: 2500.01 kcal; Białko ogółem: 122.28 g; Tłuszcz: 90.56 g; Kw. tł. nasy.: 26.98 g; Węglowodany ogółem: 336.46 g; W tym cukry: 27.43 g; Błonnik pok.: 38.63 g; Sód: 4899.61 mg;	Wartość energetyczna: 1904.58 kcal; Białko ogółem: 64.98 g; Tłuszcz: 69.02 g; Kw. tł. nasy.: 8.93 g; Węglowodany ogółem: 266.62 g; W tym cukry: 36.79 g; Błonnik pok.: 18.55 g; Sód: 1224.64 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	
2026-05-03 niedziela	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ, MLE) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE) Szynek drobiowy-produkt drobiowy, grubo rozdrobiony, wędzony, parzony 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) 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.) Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ, MLE) 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	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (GLU PSZ, SEL) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ, MLE) 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	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, MLE) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE) Szynek drobiowy-produkt drobiowy, grubo rozdrobiony, wędzony, parzony 50 g Pomidor b/skorki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) 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.) Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Śn - STAR () 400 ml (JAJ, SEL) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
		II SN					Jabłko 150 g	
2026-05-03 niedziela	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 100 g Brokuł gotowany* 200 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (MLE) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Surówka Coleslaw () 200 g (JAJ, MLE, GOR.) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 200 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 200 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Drynja duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 200 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Papka Ob - STAR () 400 ml (SEL)
		PD				Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
2026-05-03 niedziela	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ, MLE) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE) 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) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (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, MLE) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (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, MLE) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobiony, parzony w osłonce niejadalnej 80 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, MLE) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE) 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-pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Kol - STAR () 400 ml (JAJ, SEL) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)
		PN	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynek z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g Pomidor 15 g	Mus z jabłek () z/c 150 g
		Wartość energetyczna: 2079,86 kcal; Białko ogółem: 104,28 g; Tłuszcz: 54,16 g; Kw. tł. nasy.: 19,79 g; Węglowodany ogółem: 319,63 g; W tym cukry: 63,68 g; Błonnik pok.: 29,13 g; Sód: 2593,35 mg;	Wartość energetyczna: 2330,91 kcal; Białko ogółem: 105,52 g; Tłuszcz: 81,24 g; Kw. tł. nasy.: 28,04 g; Węglowodany ogółem: 324,97 g; W tym cukry: 76,39 g; Błonnik pok.: 34,24 g; Sód: 2514,79 mg;	Wartość energetyczna: 2237,13 kcal; Białko ogółem: 110,48 g; Tłuszcz: 74,21 g; Kw. tł. nasy.: 27,33 g; Węglowodany ogółem: 306,80 g; W tym cukry: 63,02 g; Błonnik pok.: 28,77 g; Sód: 2254,88 mg;	Wartość energetyczna: 2102,84 kcal; Białko ogółem: 100,82 g; Tłuszcz: 64,67 g; Kw. tł. nasy.: 21,78 g; Węglowodany ogółem: 305,58 g; W tym cukry: 49,26 g; Błonnik pok.: 29,43 g; Sód: 2593,31 mg;	Wartość energetyczna: 2458,33 kcal; Białko ogółem: 119,56 g; Tłuszcz: 74,55 g; Kw. tł. nasy.: 26,27 g; Węglowodany ogółem: 341,03 g; W tym cukry: 67,57 g; Błonnik pok.: 24,19 g; Sód: 2377,67 mg;	Wartość energetyczna: 2472,70 kcal; Białko ogółem: 115,65 g; Tłuszcz: 92,31 g; Kw. tł. nasy.: 32,32 g; Węglowodany ogółem: 330,56 g; W tym cukry: 53,80 g; Błonnik pok.: 38,51 g; Sód: 2773,36 mg;	Wartość energetyczna: 1769,63 kcal; Białko ogółem: 59,27 g; Tłuszcz: 69,30 g; Kw. tł. nasy.: 9,48 g; Węglowodany ogółem: 241,38 g; W tym cukry: 42,51 g; Błonnik pok.: 18,97 g; Sód: 2069,09 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 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	
2026-05-04 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>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 rozdrobiony, 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-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 rozdrobiony, 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 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 z produkt grubo rozdrobiony, 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-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobiona 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 rozdrobiony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej, 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE</u>) Marchew gotowana z olejem* 100 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-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 rozdrobiony, 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 () 500 ml (<u>JAJ, SEL</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g
	II ŚN						Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobiona 30 g	
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 400 g Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Nalesniki z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Mus z jabłek prażonych 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ryż na sypko 250 g Pulpet drobiowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos majerankowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos majerankowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Pulpet drobiowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos majerankowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 200 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Papka Ob- STAR () 500 ml (<u>SEL</u>)	
	PD	Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (<u>MLE</u>)		Chrupki kukurydziane 20 g	Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (<u>MLE</u>)	Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (<u>MLE</u>)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	
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>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (<u>SEL</u>) 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 mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (<u>SEL</u>) Rzodkiew biała 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>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 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>) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 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>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (<u>SEL</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 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 mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (<u>SEL</u>) Rzodkiew biała 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Kol- STAR () 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	
	PN	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)		Banan 150 g	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g	Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (<u>MLE</u>)	
	Wartość energetyczna: 2394.90 kcal; Białko ogółem: 73.73 g; Tłuszcz: 45.73 g; Kw. tł. nasy.: 14.79 g; Węglowodany ogółem: 433.66 g; W tym cukry: 89.20 g; Błonnik pok.: 22.42 g; Sód: 2279.97 mg;	Wartość energetyczna: 2591.92 kcal; Białko ogółem: 93.57 g; Tłuszcz: 67.91 g; Kw. tł. nasy.: 22.00 g; Węglowodany ogółem: 418.59 g; W tym cukry: 107.51 g; Błonnik pok.: 30.38 g; Sód: 2537.92 mg;	Wartość energetyczna: 2276.67 kcal; Białko ogółem: 70.19 g; Tłuszcz: 52.21 g; Kw. tł. nasy.: 17.96 g; Węglowodany ogółem: 392.45 g; W tym cukry: 84.68 g; Błonnik pok.: 21.46 g; Sód: 2197.27 mg;	Wartość energetyczna: 2307.50 kcal; Białko ogółem: 78.44 g; Tłuszcz: 54.69 g; Kw. tł. nasy.: 14.97 g; Węglowodany ogółem: 403.49 g; W tym cukry: 74.33 g; Błonnik pok.: 35.13 g; Sód: 2369.89 mg;	Wartość energetyczna: 2500.13 kcal; Białko ogółem: 90.13 g; Tłuszcz: 68.94 g; Kw. tł. nasy.: 19.50 g; Węglowodany ogółem: 389.88 g; W tym cukry: 79.70 g; Błonnik pok.: 27.22 g; Sód: 2621.50 mg;	Wartość energetyczna: 2405.43 kcal; Białko ogółem: 96.35 g; Tłuszcz: 78.54 g; Kw. tł. nasy.: 25.31 g; Węglowodany ogółem: 362.80 g; W tym cukry: 53.75 g; Błonnik pok.: 44.04 g; Sód: 3475.92 mg;	Wartość energetyczna: 2010.19 kcal; Białko ogółem: 63.57 g; Tłuszcz: 79.96 g; Kw. tł. nasy.: 18.57 g; Węglowodany ogółem: 273.25 g; W tym cukry: 45.57 g; Błonnik pok.: 22.77 g; Sód: 1662.66 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 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
Sniadanie	Płatki 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 75% 10 g (<u>MLE.</u>) 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 Jabłko 150 g	Płatki 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 75% 15 g (<u>MLE.</u>) 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 Pomarańcza 150 g	Płatki 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 75% 15 g (<u>MLE.</u>) 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 Pomarańcza 150 g	Płatki 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>) Tuszcza do smarowania (70%) 15 g (<u>MLE.</u>) 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 Pomarańcza 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</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 Pomidor b/śkórki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jabłko pieczone 150 g	Płatki 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 75% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pomarańcza 150 g	Papka Śn - STAR () 400 ml (<u>JAJ, SEL.</u>) Ryż z jabłkami 200 g
	II ŚN					Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod. biał. mleka w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU, PSZ, SEL.</u>) Pomidor 15 g	
Obiad	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, PSZ.</u>) Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, PSZ.</u>) Surowka wykwinna z olejem b/c 150 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, PSZ.</u>) Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (<u>GLU, PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 100 ml (<u>GLU, PSZ.</u>) Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, PSZ.</u>) Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, PSZ.</u>) Surowka wykwinna z olejem b/c 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Papka Ob - STAR () 400 ml (<u>SEL.</u>)
	PD					Sok wielowarzynny pasteryzowany 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>) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE.</u>) Pasta z brokuła * 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>) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE.</u>) Pasta z brokuła * 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>) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE.</u>) Pasta z brokuła * 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>) Tuszcza do smarowania (70%) 15 g (<u>MLE.</u>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy średnio 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 (<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>) Buraczki gotowane () 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>) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE.</u>) Pasta z brokuła * 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Kol - STAR () 400 ml (<u>JAJ, SEL.</u>) Mus z jabłek prażonych 100 g
	PN					Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Wartość energetyczna: 2072.68 kcal; Białko ogółem: 97.54 g; Tłuszcz: 48.69 g; Kw. tł. nasy.: 15.22 g; Węglowodany ogółem: 334.42 g; W tym cukry: 68.88 g; Błonnik pok.: 29.11 g; Sód: 3370.04 mg;	Wartość energetyczna: 2139.66 kcal; Białko ogółem: 93.62 g; Tłuszcz: 66.71 g; Kw. tł. nasy.: 20.08 g; Węglowodany ogółem: 371.85 g; W tym cukry: 66.81 g; Błonnik pok.: 31.47 g; Sód: 3552.64 mg;	Wartość energetyczna: 2089.58 kcal; Białko ogółem: 96.61 g; Tłuszcz: 56.39 g; Kw. tł. nasy.: 19.33 g; Węglowodany ogółem: 321.49 g; W tym cukry: 67.14 g; Błonnik pok.: 28.60 g; Sód: 3290.74 mg;	Wartość energetyczna: 2009.60 kcal; Białko ogółem: 88.20 g; Tłuszcz: 47.20 g; Kw. tł. nasy.: 13.87 g; Węglowodany ogółem: 334.61 g; W tym cukry: 48.20 g; Błonnik pok.: 30.31 g; Sód: 3106.49 mg;	Wartość energetyczna: 2153.89 kcal; Białko ogółem: 100.12 g; Tłuszcz: 50.63 g; Kw. tł. nasy.: 18.26 g; Węglowodany ogółem: 340.53 g; W tym cukry: 78.65 g; Błonnik pok.: 24.94 g; Sód: 3738.84 mg;	Wartość energetyczna: 2157.92 kcal; Białko ogółem: 101.56 g; Tłuszcz: 69.63 g; Kw. tł. nasy.: 20.80 g; Węglowodany ogółem: 312.78 g; W tym cukry: 49.80 g; Błonnik pok.: 34.54 g; Sód: 4847.28 mg;	Wartość energetyczna: 1815.10 kcal; Białko ogółem: 53.41 g; Tłuszcz: 67.58 g; Kw. tł. nasy.: 10.89 g; Węglowodany ogółem: 258.72 g; W tym cukry: 30.00 g; Błonnik pok.: 19.85 g; Sód: 2106.21 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	
2026-05-06 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)
							Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml	
	Obiad	Ziemniaczana * () 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* z/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* 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 Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana *(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* 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 Kompotowocowy* 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 Kompotowocowy* b/c 250 ml	Papka Ob - STAR () 400 ml (SEL) 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 b/c () 200 g Kompotowocowy* b/c 250 ml
	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	
	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 z/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 z/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 z/c 150 ml (MLE)
		Wartość energetyczna: 2354.37 kcal; Białko ogółem: 93.13 g; Tłuszcz: 53.84 g; Kw. tł. nasy.: 16.87 g; Węglowodany ogółem: 398.18 g; W tym cukry: 80.04 g; Błonnik pok.: 29.16 g; Sód: 2158.49 mg;	Wartość energetyczna: 2435.24 kcal; Białko ogółem: 87.21 g; Tłuszcz: 78.09 g; Kw. tł. nasy.: 22.77 g; Węglowodany ogółem: 377.33 g; W tym cukry: 91.72 g; Błonnik pok.: 39.13 g; Sód: 3820.87 mg;	Wartość energetyczna: 2302.33 kcal; Białko ogółem: 90.02 g; Tłuszcz: 60.38 g; Kw. tł. nasy.: 20.03 g; Węglowodany ogółem: 372.38 g; W tym cukry: 79.71 g; Błonnik pok.: 27.64 g; Sód: 2033.97 mg;	Wartość energetyczna: 2170.40 kcal; Białko ogółem: 83.49 g; Tłuszcz: 56.48 g; Kw. tł. nasy.: 18.19 g; Węglowodany ogółem: 361.50 g; W tym cukry: 38.61 g; Błonnik pok.: 31.94 g; Sód: 2533.73 mg;	Wartość energetyczna: 2490.17 kcal; Białko ogółem: 97.07 g; Tłuszcz: 63.24 g; Kw. tł. nasy.: 21.80 g; Węglowodany ogółem: 398.03 g; W tym cukry: 98.01 g; Błonnik pok.: 22.35 g; Sód: 2042.53 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: 1931.25 kcal; Białko ogółem: 56.25 g; Tłuszcz: 69.50 g; Kw. tł. nasy.: 12.48 g; Węglowodany ogółem: 281.16 g; W tym cukry: 60.17 g; Błonnik pok.: 18.10 g; Sód: 1372.81 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	
2026-05-07 czwartek	Śniadanie	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) 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	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) 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	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) 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	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.) Tuszc 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 (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 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	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) 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	Papka Śn - STAR () 400 ml (JAJ, SEL.) Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml (GLU PSZ.)
		II SN					Jabłko 150 g	
2026-05-07 czwartek	Obiad	Kalaforowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Sos boloński z mięsa wieprz lop - dieta* 100 g (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany bez oleju* 200 g (SEL.) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Kalaforowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Sos boloński z mięsa wieprz lop* 100 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Kalaforowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Sos boloński z mięsa wieprz lop - dieta* 100 g (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Kalaforowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Sos boloński z mięsa wieprz lop - dieta* 100 g (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Kalaforowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Sos boloński z mięsa wieprz lop - dieta* 100 g (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL.) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Kalaforowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron polchoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Sos boloński z mięsa wieprz lop* 100 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Papka Ob - STAR () 400 ml (SEL.)
		PD					Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	
2026-05-07 czwartek	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) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, 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 (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 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	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tuszc 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) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, 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
		PN	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)		Banan 150 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Ogórek kiszony 15 g	Banan 150 g
		Wartość energetyczna: 1963.03 kcal; Białko ogółem: 80.34 g; Tłuszcz: 44.27 g; Kw. tł. nasy.: 15.84 g; Węglowodany ogółem: 333.71 g; W tym cukry: 56.56 g; Błonnik pok.: 27.28 g; Sód: 2690.85 mg;	Wartość energetyczna: 2079.98 kcal; Białko ogółem: 76.18 g; Tłuszcz: 58.98 g; Kw. tł. nasy.: 19.50 g; Węglowodany ogółem: 334.17 g; W tym cukry: 46.55 g; Błonnik pok.: 28.21 g; Sód: 2409.05 mg;	Wartość energetyczna: 1989.27 kcal; Białko ogółem: 81.62 g; Tłuszcz: 52.55 g; Kw. tł. nasy.: 19.43 g; Węglowodany ogółem: 312.99 g; W tym cukry: 47.76 g; Błonnik pok.: 19.42 g; Sód: 2514.91 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: 2261.01 kcal; Białko ogółem: 82.75 g; Tłuszcz: 60.23 g; Kw. tł. nasy.: 19.83 g; Węglowodany ogółem: 364.45 g; W tym cukry: 89.18 g; Błonnik pok.: 27.17 g; Sód: 2658.07 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;

	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	
2026-05-08 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) 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) 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 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) 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-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) 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) 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-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 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-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 80 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
							Chleb razowy żytnio-pszenny 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	
2026-05-08 piątek	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* z/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* z/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* z/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* z/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* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny* 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ) Ziemniaki z 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)
2026-05-08 piątek	PD					Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (MLE)	Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (MLE)	Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (MLE)
2026-05-08 piątek	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) 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-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 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-pszenny 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-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Jajko gotowane kl 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/śkórki 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 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)
2026-05-08 piątek	PN	Sok jabłkowy 200 ml				Sok pomidorowy 200 ml		
		Wartość energetyczna: 2096.72 kcal; Białko ogółem: 80.07 g; Tłuszcz: 42.52 g; Kw. tł. nasy.: 13.67 g; Węglowodany ogółem: 370.82 g; W tym cukry: 103.53 g; Błonnik pok.: 27.62 g; Sód: 2398.66 mg;	Wartość energetyczna: 2270.49 kcal; Białko ogółem: 79.45 g; Tłuszcz: 71.26 g; Kw. tł. nasy.: 21.42 g; Węglowodany ogółem: 352.96 g; W tym cukry: 100.54 g; Błonnik pok.: 30.86 g; Sód: 2872.81 mg;	Wartość energetyczna: 2301.72 kcal; Białko ogółem: 84.89 g; Tłuszcz: 65.80 g; Kw. tł. nasy.: 21.01 g; Węglowodany ogółem: 364.37 g; W tym cukry: 106.63 g; Błonnik pok.: 29.44 g; Sód: 2204.84 mg;	Wartość energetyczna: 2098.18 kcal; Białko ogółem: 70.82 g; Tłuszcz: 53.22 g; Kw. tł. nasy.: 15.02 g; Węglowodany ogółem: 358.42 g; W tym cukry: 92.78 g; Błonnik pok.: 30.48 g; Sód: 2287.89 mg;	Wartość energetyczna: 2314.27 kcal; Białko ogółem: 85.99 g; Tłuszcz: 52.75 g; Kw. tł. nasy.: 18.73 g; Węglowodany ogółem: 388.41 g; W tym cukry: 124.37 g; Błonnik pok.: 22.88 g; Sód: 2339.62 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: 1744.88 kcal; Białko ogółem: 49.76 g; Tłuszcz: 65.52 g; Kw. tł. nasy.: 10.26 g; Węglowodany ogółem: 248.89 g; W tym cukry: 51.34 g; Błonnik pok.: 19.28 g; Sód: 1660.94 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 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	
2026-05-09 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bulka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka z zalewy -wędonka 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 (<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>) Szynka z zalewy -wędonka 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 (<u>MLE, GLU OW</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka z zalewy -wędonka 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 (<u>SEL, GLU OW</u>) 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	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka z zalewy -wędonka 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 (<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>) Szynka z zalewy -wędonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Śn- STAR () 400 ml (<u>JAJ, SEL</u>) Sok pomidorowy 200 ml
		II ŚN					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 Ogórek kiszony 15 g	
2026-05-09 sobota	Obiad	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 250 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 200 g Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (<u>SEL</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)(*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ryż na sypko 250 g Potrawka drobiowa () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (<u>SEL</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Papka Ob- STAR () 400 ml (<u>SEL</u>)
		PD				Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
2026-05-09 sobota	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 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 (<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>) Paszlet Ciechanowski-Paszlet drobiowy z dodatkami surowców wieprzowych pieczony 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, SEL, GOR, SEZ</u>) 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 75% 15 g (<u>MLE</u>) 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 (<u>GLU PSZ</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 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 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>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>) 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 (<u>JAJ, SEL</u>) Ryż z jabłkami 200 g
		PN	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		Jabłko 150 g		Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	
	Wartość energetyczna: 2210,99 kcal; Białko ogółem: 104,21 g; Tłuszcz: 48,20 g; Kw. tł. nasy.: 14,89 g; Węglowodany ogółem: 364,05 g; W tym cukry: 63,21 g; Błonnik pok.: 28,38 g; Sód: 2689,57 mg;	Wartość energetyczna: 2233,11 kcal; Białko ogółem: 93,35 g; Tłuszcz: 65,38 g; Kw. tł. nasy.: 20,18 g; Węglowodany ogółem: 345,47 g; W tym cukry: 64,88 g; Błonnik pok.: 32,94 g; Sód: 3177,40 mg;	Wartość energetyczna: 2148,64 kcal; Białko ogółem: 101,09 g; Tłuszcz: 54,51 g; Kw. tł. nasy.: 18,05 g; Węglowodany ogółem: 336,53 g; W tym cukry: 62,93 g; Błonnik pok.: 27,54 g; Sód: 2603,46 mg;	Wartość energetyczna: 2106,67 kcal; Białko ogółem: 88,27 g; Tłuszcz: 42,71 g; Kw. tł. nasy.: 14,31 g; Węglowodany ogółem: 370,19 g; W tym cukry: 66,51 g; Błonnik pok.: 32,84 g; Sód: 2503,77 mg;	Wartość energetyczna: 2315,83 kcal; Białko ogółem: 103,77 g; Tłuszcz: 54,51 g; Kw. tł. nasy.: 18,08 g; Węglowodany ogółem: 368,46 g; W tym cukry: 87,98 g; Błonnik pok.: 23,16 g; Sód: 2569,22 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 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 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	
2026-05-10 niedziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna 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 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	Kasza jęczmienna 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 75% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Rzodkiew biała 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna 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 60 g (<u>GLU, PSZ.</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 Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Tuszc do smarowania (70%) 15 g Pajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Pomidor b/śkorki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna 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 75% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Rzodkiew biała 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Śn - STAR () 400 ml (<u>JAJ, SEL.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
							Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>)	
	Obiad	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>) Schab gotowany 80 g Sos własny () 70 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany bez oleju* 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>) Schab gotowany 80 g Sos własny () 70 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany 80 g Sos własny () 70 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany 80 g Sos własny () 70 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany 80 g Sos własny () 70 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g (<u>MLE.</u>) Schab gotowany 80 g Sos własny () 70 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Papka Ob - STAR () 400 ml (<u>SEL.</u>)
	PD				Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>)	Sok wielowarzynny pasteryzowany 200 ml		
	Kelasa	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 dżemem brzoskwiowym 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 150 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 twarogu z dżemem brzoskwiowym 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 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 dżemem brzoskwiowym 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) 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 (<u>GLU, PSZ.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 150 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>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Papka Kol - STAR () 400 ml (<u>JAJ, MLE, SEL.</u>)
	PN		Galaretko o smaku truskawkowym 150 g			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	Galaretko o smaku truskawkowym 150 g	
		Wartość energetyczna: 2105.33 kcal; Białko ogółem: 93.59 g; Tłuszcz: 42.71 g; Kw. tł. nasy.: 17.08 g; Węglowodany ogółem: 360.16 g; W tym cukry: 70.58 g; Błonnik pok.: 30.02 g; Sód: 2453.12 mg;	Wartość energetyczna: 2255.77 kcal; Białko ogółem: 77.67 g; Tłuszcz: 68.25 g; Kw. tł. nasy.: 21.74 g; Węglowodany ogółem: 360.44 g; W tym cukry: 64.64 g; Błonnik pok.: 34.10 g; Sód: 2166.49 mg;	Wartość energetyczna: 2140.01 kcal; Białko ogółem: 87.53 g; Tłuszcz: 55.74 g; Kw. tł. nasy.: 21.24 g; Węglowodany ogółem: 344.15 g; W tym cukry: 67.94 g; Błonnik pok.: 27.79 g; Sód: 1851.57 mg;	Wartość energetyczna: 2097.58 kcal; Białko ogółem: 87.25 g; Tłuszcz: 46.45 g; Kw. tł. nasy.: 16.32 g; Węglowodany ogółem: 357.64 g; W tym cukry: 54.87 g; Błonnik pok.: 29.57 g; Sód: 2387.91 mg;	Wartość energetyczna: 2291.16 kcal; Białko ogółem: 96.47 g; Tłuszcz: 55.44 g; Kw. tł. nasy.: 21.16 g; Węglowodany ogółem: 366.10 g; W tym cukry: 67.75 g; Błonnik pok.: 23.03 g; Sód: 2283.92 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;