

		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
2026-07-06 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u> .) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u> .) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE</u> .) Pomidor 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> .) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u> .) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u> .) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u> .) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</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 Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u> .) Bułka 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	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> .) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pomidor 100 g	Papka Śn- STAR () 400 ml (<u>JAJ, SEL.</u> .) Mus z jabłek () z/c 100 g
	II Śni						Arbuz 150 g	
	Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> .) Makaron z serem 300 g (<u>GLUPSZ, MLE.</u> .) Mus z jabłek prażonych 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u> .) Makaron z serem 300 g (<u>GLUPSZ, MLE.</u> .) Mus z jabłek prażonych 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> .) Makaron z serem 300 g (<u>GLUPSZ, MLE.</u> .) Mus z jabłek prażonych 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () (bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u> .) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u> .) Marchew oprószana z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u> .) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> .) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u> .) Marchew oprószana z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u> .) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> .) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u> .) Marchew gotowana z olejem* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Papka Ob- STAR () 400 ml (<u>SEL.</u> .)
	PD					Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> .)		
	Kolacja	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 dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata 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> .) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek świeży 100 g Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u> .) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u> .) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u> .) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u> .) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Tuszc do smarowania (70%) 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u> .) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u> .) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor b/śkórki 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 dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Kol- STAR () 400 ml (<u>JAJ, SEL.</u> .) Ryz z jabłkami 200 g
	PN		Arbuz 150 g				Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE</u> .) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Pomidor 15 g	Arbuz 150 g
		Wartość energetyczna: 2178.21 kcal; Białko ogółem: 86.47 g; Tłuszcz: 36.43 g; Kw. tł. nasy.: 14.41 g; Węglowodany ogółem: 395.05 g; W tym cukry: 100.29 g; Błonnik pok.: 23.80 g; Sód: 2335.20 mg;	Wartość energetyczna: 2315.12 kcal; Białko ogółem: 88.81 g; Tłuszcz: 47.93 g; Kw. tł. nasy.: 18.02 g; Węglowodany ogółem: 407.80 g; W tym cukry: 101.06 g; Błonnik pok.: 32.64 g; Sód: 2593.57 mg;	Wartość energetyczna: 2191.61 kcal; Białko ogółem: 84.75 g; Tłuszcz: 43.63 g; Kw. tł. nasy.: 17.66 g; Węglowodany ogółem: 383.31 g; W tym cukry: 100.05 g; Błonnik pok.: 23.44 g; Sód: 2260.00 mg;	Wartość energetyczna: 1942.41 kcal; Białko ogółem: 79.91 g; Tłuszcz: 42.76 g; Kw. tł. nasy.: 13.84 g; Węglowodany ogółem: 335.59 g; W tym cukry: 64.46 g; Błonnik pok.: 28.81 g; Sód: 2806.56 mg;	Wartość energetyczna: 2128.99 kcal; Białko ogółem: 93.91 g; Tłuszcz: 52.81 g; Kw. tł. nasy.: 18.64 g; Węglowodany ogółem: 336.22 g; W tym cukry: 84.27 g; Błonnik pok.: 22.94 g; Sód: 2784.38 mg;	Wartość energetyczna: 2068.20 kcal; Białko ogółem: 94.56 g; Tłuszcz: 60.00 g; Kw. tł. nasy.: 22.18 g; Węglowodany ogółem: 321.58 g; W tym cukry: 67.26 g; Błonnik pok.: 35.04 g; Sód: 3397.48 mg;	Wartość energetyczna: 1864.05 kcal; Białko ogółem: 53.57 g; Tłuszcz: 67.34 g; Kw. tł. nasy.: 10.37 g; Węglowodany ogółem: 271.75 g; W tym cukry: 70.26 g; Błonnik pok.: 21.75 g; Sód: 1293.96 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. Wrizodowa	STAR- IŁ. D03 Z ogr.łatwo przys. węglowodanów	STAR- IŁ. Papka
2026-07-07 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Śn - STAR () 400 ml (<u>JAJ, SEL.</u>) Kasza manna na wodzie z jabłkiem parzonym 1 Por (<u>GLU PSZ.</u>)
	II śni						Jabłko 150 g	
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami ()* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szczawiowa z ziemniakami() 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami ()* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) ()* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami ()* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szczawiowa z ziemniakami() 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Papka Ob - STAR () 400 ml (<u>SEL.</u>)
	PD					Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml (<u>może zawierać: GLUPSZ, SEL, GOR.</u>)	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 150 ml (<u>może zawierać: GLUPSZ, SEL, GOR.</u>)	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml (<u>może zawierać: GLUPSZ, SEL, GOR.</u>)
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 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% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>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 koperkiem 80 g (<u>MLE</u>) Rzodkiewka 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 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 koperkiem 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor biskorki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>) Rzodkiewka 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Kol - STAR () 400 ml (<u>JAJ, SEL.</u>) Sok pomarańczowy 200 ml
	PN		Jabłko 150 g	Jabłko 150 g		Jabłko pieczone 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 30 g Ogórek świeży 15 g	Jabłko pieczone 150 g
		Wartość energetyczna: 2122.24 kcal; Białko ogółem: 98.77 g; Tłuszcz: 40.87 g; Kw. tł. nasy.: 15.95 g; Węglowodany ogółem: 363.11 g; W tym cukry: 80.41 g; Błonnik pok.: 27.59 g; Sód: 2133.90 mg;	Wartość energetyczna: 2072.86 kcal; Białko ogółem: 90.47 g; Tłuszcz: 51.14 g; Kw. tł. nasy.: 19.45 g; Węglowodany ogółem: 338.96 g; W tym cukry: 65.49 g; Błonnik pok.: 29.58 g; Sód: 2590.12 mg;	Wartość energetyczna: 2135.64 kcal; Białko ogółem: 97.05 g; Tłuszcz: 48.07 g; Kw. tł. nasy.: 19.20 g; Węglowodany ogółem: 351.37 g; W tym cukry: 80.17 g; Błonnik pok.: 27.23 g; Sód: 2058.70 mg;	Wartość energetyczna: 2086.12 kcal; Białko ogółem: 90.82 g; Tłuszcz: 38.49 g; Kw. tł. nasy.: 14.46 g; Węglowodany ogółem: 369.77 g; W tym cukry: 66.67 g; Błonnik pok.: 28.98 g; Sód: 2543.48 mg;	Wartość energetyczna: 2224.52 kcal; Białko ogółem: 99.10 g; Tłuszcz: 47.91 g; Kw. tł. nasy.: 19.17 g; Węglowodany ogółem: 364.16 g; W tym cukry: 89.70 g; Błonnik pok.: 21.90 g; Sód: 2000.85 mg;	Wartość energetyczna: 2193.92 kcal; Białko ogółem: 100.34 g; Tłuszcz: 63.85 g; Kw. tł. nasy.: 23.51 g; Węglowodany ogółem: 335.16 g; W tym cukry: 52.49 g; Błonnik pok.: 41.09 g; Sód: 2883.11 mg;	Wartość energetyczna: 1555.20 kcal; Białko ogółem: 42.79 g; Tłuszcz: 62.51 g; Kw. tł. nasy.: 8.44 g; Węglowodany ogółem: 214.17 g; W tym cukry: 50.43 g; Błonnik pok.: 17.95 g; Sód: 1199.61 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 Wzródowa	STAR- IL D03 Z ogr.łatwo przys. węglowodanów	STAR- IL Papka	
2026-07-08 środa	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE.</u>) Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>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>) Pomidor 100 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bułka 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE.</u>) Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Śn- STAR () 400 ml (<u>JAJ, SEL.</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g	
	II ŚN							Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 15 g	
	Obiad	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, SOJ.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew oprószana z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem* 200 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem* 200 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Papka Ob- STAR () 400 ml (<u>SEL.</u>)	
	PD						Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>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>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Ogórek świeży 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>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE.</u>) Szykowna 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	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>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Kol- STAR () 400 ml (<u>JAJ, SEL.</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)	
BN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 200 ml								
		Wartość energetyczna: 1887.99 kcal; Białko ogółem: 79.79 g; Tłuszcz: 44.55 g; Kw. tł. nasy.: 13.09 g; Węglowodany ogółem: 316.81 g; W tym cukry: 57.48 g; Błonnik pok.: 28.88 g; Sód: 3525.02 mg;	Wartość energetyczna: 1890.08 kcal; Białko ogółem: 74.34 g; Tłuszcz: 52.69 g; Kw. tł. nasy.: 18.63 g; Węglowodany ogółem: 306.21 g; W tym cukry: 52.23 g; Błonnik pok.: 29.58 g; Sód: 3123.00 mg;	Wartość energetyczna: 1907.15 kcal; Białko ogółem: 74.29 g; Tłuszcz: 55.63 g; Kw. tł. nasy.: 18.65 g; Węglowodany ogółem: 298.84 g; W tym cukry: 51.26 g; Błonnik pok.: 24.56 g; Sód: 2873.07 mg;	Wartość energetyczna: 1843.03 kcal; Białko ogółem: 68.01 g; Tłuszcz: 50.11 g; Kw. tł. nasy.: 15.76 g; Węglowodany ogółem: 305.05 g; W tym cukry: 45.42 g; Błonnik pok.: 29.58 g; Sód: 2967.12 mg;	Wartość energetyczna: 2000.55 kcal; Białko ogółem: 88.99 g; Tłuszcz: 56.82 g; Kw. tł. nasy.: 19.33 g; Węglowodany ogółem: 298.87 g; W tym cukry: 61.10 g; Błonnik pok.: 21.41 g; Sód: 3810.51 mg;	Wartość energetyczna: 2105.02 kcal; Białko ogółem: 89.68 g; Tłuszcz: 72.51 g; Kw. tł. nasy.: 29.66 g; Węglowodany ogółem: 305.59 g; W tym cukry: 41.43 g; Błonnik pok.: 33.33 g; Sód: 3600.67 mg;	Wartość energetyczna: 1647.15 kcal; Białko ogółem: 51.65 g; Tłuszcz: 67.02 g; Kw. tł. nasy.: 11.00 g; Węglowodany ogółem: 222.15 g; W tym cukry: 63.50 g; Błonnik pok.: 18.00 g; Sód: 2061.96 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. Wrizodowa	STAR- IŁ. D03 Z ogr.łatwo przys. węglowodanów	STAR- IŁ. Papka
2026-07-09 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Pomidor 100 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>) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 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 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>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Pomidor blskorki 100 g Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	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>) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Pomidor 100 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>) Kasza manna na wodzie i mleku z jabłkiem prażonym 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)
	II śni							Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)
	Obiad	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasztotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami ()* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Fasolka po bretońska 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Arbuz 150 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasztotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem () 200 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasztotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem () 200 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasztotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem () 200 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami ()* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Kasztotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem () 200 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Papka Ob - STAR () 400 ml (<u>SEL.</u>)
	PD							Sok wielowarzynny pasteryzowany 200 ml
	Kolejka	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homo z natką pietruszki 80 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Salata zielona 20 g Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo z natką pietruszki 80 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 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 Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo z natką pietruszki 80 g (<u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>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>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Kol - STAR () 400 ml (<u>JAJ, SEL.</u>) Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)
PN		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)						Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE.</u>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 30 g Ogórek świeży 15 g
		Wartość energetyczna: 2134.95 kcal; Bialko ogółem: 91.38 g; Tłuszcz: 55.08 g; Kw. tł. nasy.: 16.62 g; Węglowodany ogółem: 341.33 g; W tym cukry: 70.54 g; Błonnik pok.: 27.89 g; Sód: 2263.49 mg;	Wartość energetyczna: 2414.13 kcal; Bialko ogółem: 87.46 g; Tłuszcz: 70.89 g; Kw. tł. nasy.: 34.48 g; Węglowodany ogółem: 389.79 g; W tym cukry: 85.63 g; Błonnik pok.: 35.42 g; Sód: 3835.75 mg;	Wartość energetyczna: 2157.65 kcal; Bialko ogółem: 89.68 g; Tłuszcz: 63.41 g; Kw. tł. nasy.: 23.12 g; Węglowodany ogółem: 329.46 g; W tym cukry: 70.39 g; Błonnik pok.: 27.53 g; Sód: 2187.09 mg;	Wartość energetyczna: 2121.15 kcal; Bialko ogółem: 84.19 g; Tłuszcz: 54.57 g; Kw. tł. nasy.: 16.12 g; Węglowodany ogółem: 350.36 g; W tym cukry: 52.47 g; Błonnik pok.: 30.37 g; Sód: 2692.86 mg;	Wartość energetyczna: 2307.21 kcal; Bialko ogółem: 95.40 g; Tłuszcz: 67.60 g; Kw. tł. nasy.: 23.54 g; Węglowodany ogółem: 346.81 g; W tym cukry: 76.12 g; Błonnik pok.: 27.43 g; Sód: 3131.29 mg;	Wartość energetyczna: 2262.28 kcal; Bialko ogółem: 96.80 g; Tłuszcz: 84.65 g; Kw. tł. nasy.: 34.34 g; Węglowodany ogółem: 311.05 g; W tym cukry: 42.15 g; Błonnik pok.: 34.03 g; Sód: 3933.10 mg;	Wartość energetyczna: 1627.03 kcal; Bialko ogółem: 47.16 g; Tłuszcz: 64.34 g; Kw. tł. nasy.: 9.37 g; Węglowodany ogółem: 222.55 g; W tym cukry: 39.31 g; Błonnik pok.: 15.85 g; Sód: 2023.98 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
2026-07-10 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Pomidor 100 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Pomidor 100 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Pomidor 100 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</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 Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Pomidor 100 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pomidor biskorki 100 g Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Śn - STAR () 400 ml (<u>JAJ. SEL.</u>) Banan 150 g
	II śni						Jabłko 150 g	
	Obiad	Kalaforowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Ryba gotowana (Miruna) 80 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kalaforowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Kotlet z ryby (Miruna) 80 g (<u>GLU PSZ. JAJ. RYB.</u>) Surowka z kapusty czerwonej z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kalaforowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Ryba gotowana (Miruna) 80 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kalaforowa z zacierką * (bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Ryba gotowana (Miruna) 80 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy (bez mleka) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kalaforowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Ryba gotowana (Miruna) 80 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kalaforowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Ryba gotowana (Miruna) 80 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Surowka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Papka Ob - STAR () 400 ml (<u>SEL.</u>)
	PD						Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	
	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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 20 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 20 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 20 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 20 g Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Kol - STAR () 400 ml (<u>JAJ. MLE. SEL.</u>) Ryz z jabłkami 200 g
	PN	Jabłko 150 g					Jabłko pieczone 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g Pomidor 15 g
		Wartość energetyczna: 1858.41 kcal; Bialko ogółem: 83.53 g; Tłuszcz: 39.54 g; Kw. tł. nasy.: 12.78 g; Węglowodany ogółem: 313.84 g; W tym cukry: 72.06 g; Błonnik pok.: 27.20 g; Sód: 2467.12 mg;	Wartość energetyczna: 2020.47 kcal; Bialko ogółem: 70.67 g; Tłuszcz: 64.14 g; Kw. tł. nasy.: 19.26 g; Węglowodany ogółem: 316.34 g; W tym cukry: 74.37 g; Błonnik pok.: 30.98 g; Sód: 2216.72 mg;	Wartość energetyczna: 1910.29 kcal; Bialko ogółem: 78.70 g; Tłuszcz: 52.50 g; Kw. tł. nasy.: 18.12 g; Węglowodany ogółem: 301.67 g; W tym cukry: 71.40 g; Błonnik pok.: 26.84 g; Sód: 1966.82 mg;	Wartość energetyczna: 1914.03 kcal; Bialko ogółem: 79.12 g; Tłuszcz: 43.45 g; Kw. tł. nasy.: 13.57 g; Węglowodany ogółem: 325.33 g; W tym cukry: 59.47 g; Błonnik pok.: 28.63 g; Sód: 2504.13 mg;	Wartość energetyczna: 1974.36 kcal; Bialko ogółem: 87.69 g; Tłuszcz: 48.63 g; Kw. tł. nasy.: 17.21 g; Węglowodany ogółem: 310.99 g; W tym cukry: 78.03 g; Błonnik pok.: 23.59 g; Sód: 2428.94 mg;	Wartość energetyczna: 1960.63 kcal; Bialko ogółem: 85.72 g; Tłuszcz: 64.45 g; Kw. tł. nasy.: 23.73 g; Węglowodany ogółem: 288.89 g; W tym cukry: 57.32 g; Błonnik pok.: 32.95 g; Sód: 2558.69 mg;	Wartość energetyczna: 1798.75 kcal; Bialko ogółem: 50.48 g; Tłuszcz: 62.93 g; Kw. tł. nasy.: 13.08 g; Węglowodany ogółem: 269.24 g; W tym cukry: 55.64 g; Błonnik pok.: 22.40 g; Sód: 1244.11 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. W rzodowa	STAR- IŁ. D03 Z ogr.łatwo przys. węglowodanów	STAR- IŁ. Papka
2026-07-11 sobota	Śniadanie	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>) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	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>) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	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 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE.</u>) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jęczmienne 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 Pogədwicka 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 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>) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE.</u>) Pomidor biskorki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	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>) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Śn - STAR () 400 ml (<u>JAJ, SEL.</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)
	II ŚN						Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 15 g	
	Obiad	Koperkowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Papka Ob - STAR () 400 ml (<u>SEL.</u>)
	PD					Biskopity b/ml 30 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>)	Sok pomidorowy 200 ml	
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Buraczki gotowane () 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>) Paszlet z soczewicy () 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Rzodkiewka 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>) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Buraczki gotowane () 100 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 Buraczki gotowane () 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g 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>) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Buraczki gotowane () b/c 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Kol - STAR () 400 ml (<u>JAJ, MLE, SEL.</u>) Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml (<u>GLU PSZ.</u>)
	PN	Truskawki 150 g						
		Wartość energetyczna: 1998.75 kcal; Białko ogółem: 92.80 g; Tłuszcz: 53.08 g; Kw. tł. nasy.: 17.51 g; Węglowodany ogółem: 310.79 g; W tym cukry: 64.55 g; Błonnik pok.: 29.68 g; Sód: 3045.38 mg;	Wartość energetyczna: 2230.10 kcal; Białko ogółem: 86.88 g; Tłuszcz: 74.20 g; Kw. tł. nasy.: 21.66 g; Węglowodany ogółem: 334.82 g; W tym cukry: 62.46 g; Błonnik pok.: 39.62 g; Sód: 2848.97 mg;	Wartość energetyczna: 2068.27 kcal; Białko ogółem: 88.26 g; Tłuszcz: 64.00 g; Kw. tł. nasy.: 21.84 g; Węglowodany ogółem: 308.17 g; W tym cukry: 68.79 g; Błonnik pok.: 30.46 g; Sód: 3016.26 mg;	Wartość energetyczna: 2044.03 kcal; Białko ogółem: 88.49 g; Tłuszcz: 52.01 g; Kw. tł. nasy.: 16.72 g; Węglowodany ogółem: 333.26 g; W tym cukry: 57.61 g; Błonnik pok.: 32.24 g; Sód: 2938.36 mg;	Wartość energetyczna: 2165.94 kcal; Białko ogółem: 95.56 g; Tłuszcz: 62.25 g; Kw. tł. nasy.: 20.74 g; Węglowodany ogółem: 320.69 g; W tym cukry: 63.86 g; Błonnik pok.: 24.00 g; Sód: 2912.23 mg;	Wartość energetyczna: 2191.62 kcal; Białko ogółem: 94.82 g; Tłuszcz: 80.96 g; Kw. tł. nasy.: 31.26 g; Węglowodany ogółem: 306.88 g; W tym cukry: 54.79 g; Błonnik pok.: 38.77 g; Sód: 3948.42 mg;	Wartość energetyczna: 1562.55 kcal; Białko ogółem: 45.84 g; Tłuszcz: 60.03 g; Kw. tł. nasy.: 11.70 g; Węglowodany ogółem: 222.29 g; W tym cukry: 40.63 g; Błonnik pok.: 20.90 g; Sód: 1589.13 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- Wrizodowa	STAR- IL- D03 Z ogr.łatwo przys. węglowodanów	STAR- IL- Papka
2026-07-12 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u> .) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u> .) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE</u> .) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 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> .) 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 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> .) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u> .) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u> .) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g 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> .) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u> .) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, 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> .) 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/śkórki 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> .) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Śn- STAR () 400 ml (<u>JAJ, SEL.</u> .) Mus z jabłek prażonych 150 g
	II ŚN						Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g (<u>MLE</u> .) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej. 25 g (<u>JAJ, SOJ, MLE.</u> .)	
	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u> .) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 100 g Brokul gotowany* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u> .) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u> .) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Brokul gotowany* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u> .) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Brokul gotowany* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u> .) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Brokul gotowany* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u> .) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Papka Ob- STAR () 400 ml (<u>SEL.</u> .)
	PD					Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u> .)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u> .)	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u> .)
	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> .) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<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> .) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u> .) Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u> .) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u> .) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiiniowym 80 g (<u>MLE</u> .) Mus z jabłek prażonych 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> .) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Mus z jabłek prażonych 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 brzoskwiiniowym 80 g (<u>MLE</u> .) Mus z jabłek prażonych 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> .) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u> .) Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Kol- STAR () 400 ml (<u>JAJ, MLE, SEL.</u> .) Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml (<u>GLU PSZ.</u> .)
	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g (<u>MLE</u> .) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej. 25 g (<u>JAJ, SOJ, MLE.</u> .)			Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u> .)	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u> .) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g (<u>MLE</u> .) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej. 25 g (<u>JAJ, SOJ, MLE.</u> .)	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE</u> .) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 30 g Pomidor 15 g	Jogurt naturalny 150 g (<u>MLE</u> .)
		Wartość energetyczna: 2014.46 kcal; Białko ogółem: 103.94 g; Tłuszcz: 55.62 g; Kw. tł. nasy.: 20.18 g; Węglowodany ogółem: 296.69 g; W tym cukry: 47.46 g; Błonnik pok.: 23.59 g; Sód: 3337.95 mg;	Wartość energetyczna: 2334.19 kcal; Białko ogółem: 111.68 g; Tłuszcz: 92.18 g; Kw. tł. nasy.: 36.62 g; Węglowodany ogółem: 291.06 g; W tym cukry: 50.61 g; Błonnik pok.: 28.18 g; Sód: 3534.95 mg;	Wartość energetyczna: 2352.97 kcal; Białko ogółem: 111.76 g; Tłuszcz: 73.53 g; Kw. tł. nasy.: 27.44 g; Węglowodany ogółem: 329.27 g; W tym cukry: 63.06 g; Błonnik pok.: 24.63 g; Sód: 2971.46 mg;	Wartość energetyczna: 2340.64 kcal; Białko ogółem: 115.22 g; Tłuszcz: 65.65 g; Kw. tł. nasy.: 22.73 g; Węglowodany ogółem: 344.90 g; W tym cukry: 50.60 g; Błonnik pok.: 26.41 g; Sód: 3207.19 mg;	Wartość energetyczna: 2444.72 kcal; Białko ogółem: 115.25 g; Tłuszcz: 71.44 g; Kw. tł. nasy.: 26.49 g; Węglowodany ogółem: 345.71 g; W tym cukry: 75.72 g; Błonnik pok.: 19.78 g; Sód: 2840.82 mg;	Wartość energetyczna: 2370.67 kcal; Białko ogółem: 119.11 g; Tłuszcz: 100.46 g; Kw. tł. nasy.: 40.14 g; Węglowodany ogółem: 280.33 g; W tym cukry: 34.06 g; Błonnik pok.: 32.37 g; Sód: 3676.76 mg;	Wartość energetyczna: 1727.58 kcal; Białko ogółem: 49.73 g; Tłuszcz: 62.15 g; Kw. tł. nasy.: 13.36 g; Węglowodany ogółem: 248.70 g; W tym cukry: 49.47 g; Błonnik pok.: 18.55 g; Sód: 1322.04 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- W rzodowa	STAR- IL- D03 Z ogr.łatwo przys. węglowodanów	STAR- IL- Papka
2026-07-13 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</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>) Sałata zielona 20 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>) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE.</u>) Sałata zielona 20 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>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE.</u>) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE.</u>) Sałata zielona 20 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>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE.</u>) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem* 100 g Cukier 5g (saszetka) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	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>) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Śn - STAR () 400 ml (<u>JAJ, SEL.</u>) Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml (<u>GLU PSZ.</u>)
	II SN						Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE.</u>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Papryka konserwowa 15 g	
	Obiad	Wielowarzynna z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryz z jabłkami 300 g Sos jogurtowo-porczezkowy* 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Ryz z jabłkami 300 g Sos jogurtowo-porczezkowy* 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Wielowarzynna z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryz z jabłkami 300 g Sos jogurtowo-porczezkowy* 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Wielowarzynna z ziemniakami *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryz z jabłkami 350 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Wielowarzynna z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryz z jabłkami 300 g Sos jogurtowo-porczezkowy* 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Wielowarzynna z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryz na sypko (brązowy) 200 g Mięso drobiowe gotowane z uździa kurczaka 80 g Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka wykwintna z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Papka Ob - STAR () 400 ml (<u>SEL.</u>)
	PD					Biszkopity b/ml 30 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 25 g	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i rzodkiewki 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g 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 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 Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i rzodkiewki 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Kol - STAR () 400 ml (<u>JAJ, MLE, SEL.</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)
	PN	Mus owocowo-warzynny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt						
		Wartość energetyczna: 1855.89 kcal; Bialko ogółem: 65.10 g; Tłuszcz: 36.46 g; Kw. tł. nasy.: 13.77 g; Węglowodany ogółem: 339.35 g; W tym cukry: 63.54 g; Błonnik pok.: 27.55 g; Sód: 2411.59 mg;	Wartość energetyczna: 1882.27 kcal; Bialko ogółem: 61.94 g; Tłuszcz: 50.30 g; Kw. tł. nasy.: 18.94 g; Węglowodany ogółem: 322.01 g; W tym cukry: 67.99 g; Błonnik pok.: 31.40 g; Sód: 2329.48 mg;	Wartość energetyczna: 1888.69 kcal; Bialko ogółem: 67.17 g; Tłuszcz: 42.94 g; Kw. tł. nasy.: 17.37 g; Węglowodany ogółem: 330.34 g; W tym cukry: 65.72 g; Błonnik pok.: 27.22 g; Sód: 1862.11 mg;	Wartość energetyczna: 1896.06 kcal; Bialko ogółem: 60.41 g; Tłuszcz: 36.54 g; Kw. tł. nasy.: 13.63 g; Węglowodany ogółem: 356.63 g; W tym cukry: 49.97 g; Błonnik pok.: 27.44 g; Sód: 2372.71 mg;	Wartość energetyczna: 2071.37 kcal; Bialko ogółem: 68.44 g; Tłuszcz: 48.10 g; Kw. tł. nasy.: 17.18 g; Węglowodany ogółem: 356.74 g; W tym cukry: 67.36 g; Błonnik pok.: 24.89 g; Sód: 2377.31 mg;	Wartość energetyczna: 2369.95 kcal; Bialko ogółem: 96.64 g; Tłuszcz: 85.61 g; Kw. tł. nasy.: 26.06 g; Węglowodany ogółem: 336.22 g; W tym cukry: 45.03 g; Błonnik pok.: 40.89 g; Sód: 3098.77 mg;	Wartość energetyczna: 1643.08 kcal; Bialko ogółem: 47.83 g; Tłuszcz: 62.75 g; Kw. tł. nasy.: 13.97 g; Węglowodany ogółem: 230.55 g; W tym cukry: 48.87 g; Błonnik pok.: 18.00 g; Sód: 1274.04 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
2026-07-14 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ,</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g Cukier 5g (saszetka) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g	Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Pomidor 100 g Cukier 5g (saszetka) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE,</u>) Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g	Papka Śn- STAR () 400 ml (<u>JAJ, SEL,</u>) Mus z jabłek prażonych 150 g
	II ŚN						Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE,</u>)	
	Obiad	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza gryczana 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surowka z kalarepki, jabłka i marchewki z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) * () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza gryczana 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surowka z kalarepki, jabłka i marchewki z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Papka Ob - STAR () 400 ml (<u>SEL,</u>)
	PD					Sok pomarańczowy 200 ml	Sok wielowarzywny pasteryzowany 200 ml	Sok pomarańczowy 200 ml
	Kolejka	Paszтет rybny z warzywami (Morszczuk) ** 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szprot w sosie pomidorowym 80 g (<u>RYB, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) 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>) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Paszтет rybny z warzywami (Morszczuk) ** 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Paszтет rybny z warzywami (Morszczuk) ** 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>) Bułka 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 Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Paszтет rybny z warzywami (Morszczuk) ** 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>) Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szprot w sosie pomidorowym 80 g (<u>RYB, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</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>) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Kol - STAR () 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL,</u>) Ryz z jabłkami 200 g
PN		Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)			Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 15 g	Banan 150 g
		Wartość energetyczna: 2278.97 kcal; Białko ogółem: 103.45 g; Tłuszcz: 46.28 g; Kw. tł. nasy.: 15.33 g; Węglowodany ogółem: 379.62 g; W tym cukry: 51.66 g; Błonnik pok.: 30.43 g; Sód: 2731.24 mg;	Wartość energetyczna: 2551.64 kcal; Białko ogółem: 97.91 g; Tłuszcz: 83.92 g; Kw. tł. nasy.: 22.74 g; Węglowodany ogółem: 374.97 g; W tym cukry: 57.86 g; Błonnik pok.: 37.80 g; Sód: 2642.41 mg;	Wartość energetyczna: 2292.37 kcal; Białko ogółem: 101.73 g; Tłuszcz: 53.48 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; Węglowodany ogółem: 367.88 g; W tym cukry: 51.42 g; Błonnik pok.: 30.07 g; Sód: 2656.04 mg;	Wartość energetyczna: 2232.75 kcal; Białko ogółem: 100.72 g; Tłuszcz: 47.31 g; Kw. tł. nasy.: 17.56 g; Węglowodany ogółem: 380.86 g; W tym cukry: 41.34 g; Błonnik pok.: 33.41 g; Sód: 3056.94 mg;	Wartość energetyczna: 2415.16 kcal; Białko ogółem: 104.98 g; Tłuszcz: 53.52 g; Kw. tł. nasy.: 18.59 g; Węglowodany ogółem: 387.41 g; W tym cukry: 64.57 g; Błonnik pok.: 24.95 g; Sód: 2606.10 mg;	Wartość energetyczna: 2568.96 kcal; Białko ogółem: 104.01 g; Tłuszcz: 100.63 g; Kw. tł. nasy.: 34.48 g; Węglowodany ogółem: 349.11 g; W tym cukry: 44.80 g; Błonnik pok.: 37.81 g; Sód: 3785.90 mg;	Wartość energetyczna: 2052.29 kcal; Białko ogółem: 51.14 g; Tłuszcz: 65.65 g; Kw. tł. nasy.: 13.39 g; Węglowodany ogółem: 324.40 g; W tym cukry: 83.17 g; Błonnik pok.: 24.82 g; Sód: 1369.77 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- Wzrodowa	STAR- IL- D03 Z ogr.łatwo przys. węglowodanów	STAR- IL- Papka
2026-07-15 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (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) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) 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) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) 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.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tuszc do smarowania (70%) 15 g Pogdewica 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	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor biskórki 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) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Śn- STAR () 400 ml (JAJ, SEL) Banan 150 g
	II śni							
	Obiad	Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos brokulowy 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 80 g (GLU PSZ) Sos brokulowy 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Salata zielona z kefirem 200 g (MLE) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos brokulowy 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos brokulowy (bez mleka) 100 ml (GLU PSZ, SEL) Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos brokulowy 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ) Kompotowocowy* z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos brokulowy 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Salata zielona z kefirem 200 g (MLE) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Papka Ob - STAR () 400 ml (SEL)
	PD						Jogurt naturalny 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) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Salatka z pomidorów i koperku 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) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Salatka z pomidorów i koperku 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) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Salatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tuszc do smarowania (70%) 15 g Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Salatka z pomidorów i koperku 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) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Pomidor biskórki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Salatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Kol - STAR () 400 ml (JAJ, SEL) Ryż z jabłkami 200 g
	PN	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml (może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.)					Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 25 g Pomidor 15 g	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml (może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.)
		Wartość energetyczna: 1968.80 kcal; Bialko ogółem: 83.92 g; Tłuszcz: 48.01 g; Kw. tł. nasy.: 15.09 g; Węglowodany ogółem: 317.89 g; W tym cukry: 66.06 g; Błonnik pok.: 24.96 g; Sód: 2277.82 mg;	Wartość energetyczna: 1908.69 kcal; Bialko ogółem: 79.30 g; Tłuszcz: 55.76 g; Kw. tł. nasy.: 19.79 g; Węglowodany ogółem: 296.75 g; W tym cukry: 59.96 g; Błonnik pok.: 25.30 g; Sód: 2614.00 mg;	Wartość energetyczna: 2001.64 kcal; Bialko ogółem: 82.20 g; Tłuszcz: 57.37 g; Kw. tł. nasy.: 19.30 g; Węglowodany ogółem: 306.15 g; W tym cukry: 65.82 g; Błonnik pok.: 24.60 g; Sód: 2206.22 mg;	Wartość energetyczna: 1991.18 kcal; Bialko ogółem: 83.56 g; Tłuszcz: 46.05 g; Kw. tł. nasy.: 14.33 g; Węglowodany ogółem: 331.49 g; W tym cukry: 54.75 g; Błonnik pok.: 26.38 g; Sód: 2681.72 mg;	Wartość energetyczna: 2082.14 kcal; Bialko ogółem: 90.53 g; Tłuszcz: 55.05 g; Kw. tł. nasy.: 19.91 g; Węglowodany ogółem: 315.24 g; W tym cukry: 71.78 g; Błonnik pok.: 19.27 g; Sód: 2210.24 mg;	Wartość energetyczna: 1975.53 kcal; Bialko ogółem: 90.73 g; Tłuszcz: 66.79 g; Kw. tł. nasy.: 25.65 g; Węglowodany ogółem: 281.29 g; W tym cukry: 39.20 g; Błonnik pok.: 28.27 g; Sód: 2962.14 mg;	Wartość energetyczna: 1863.70 kcal; Bialko ogółem: 52.71 g; Tłuszcz: 66.93 g; Kw. tł. nasy.: 10.48 g; Węglowodany ogółem: 272.93 g; W tym cukry: 67.67 g; Błonnik pok.: 20.60 g; Sód: 1289.71 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 Wzrodowa	STAR- IL D03 Z ogr.łatwo przys. węglowodanów	STAR- IL Papka	
2026-07-16 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u> .) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u> .) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE</u> .) Kurczak gotowany-dr,produktgrubo rozdrobniony,parzony, z dod.białka, w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE.</u> .) Sałata 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,produktgrubo rozdrobniony,parzony, z dod.białka, w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE.</u> .) Pomidor 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> .) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u> .) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u> .) Kurczak gotowany-dr,produktgrubo rozdrobniony,parzony, z dod.białka, w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE.</u> .) Sałata 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> .) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u> .) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u> .) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u> .) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u> .) Kurczak gotowany-dr,produktgrubo rozdrobniony,parzony, z dod.białka, w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE.</u> .) Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza 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,produktgrubo rozdrobniony,parzony, z dod.białka, w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE.</u> .) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Śn- STAR () 400 ml (<u>JAJ, SEL.</u> .) Banan 150 g	
	II ŚN							Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE</u> .) Kurczak gotowany-dr,produktgrubo rozdrobniony,parzony, z dod.białka, w osłonce niejadalnej. 25 g (<u>JAJ, SOJ, MLE.</u> .) Pomidor 15 g	
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> .) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u> .) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u> .) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> .) Łazanki z kapustą i mies wp z łopatk 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> .) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> .) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u> .) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u> .) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u> .) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u> .) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u> .) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> .) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u> .) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u> .) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> .) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u> .) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u> .) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (<u>SEL.</u> .) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Papka Ob- STAR () 400 ml (<u>SEL.</u> .)	
	PD							Sok jabłkowy 200 ml	Sok pomidorowy 200 ml
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u> .) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE</u> .) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g Marchew gotowana z olejem* 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> .) Pasztet z ciecierzcy () 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u> .) Sałata zielona 20 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> .) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL.</u> .) 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> .) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL.</u> .) 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> .) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pasta warzywna* 100 g (<u>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> .) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL.</u> .) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Kol- STAR () 400 ml (<u>JAJ, MLE, SEL.</u> .) Ryz z jabłkami 200 g	
PN	Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (<u>MLE</u> .)				Jabłko 150 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (<u>MLE</u> .)	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE</u> .)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (<u>MLE</u> .)	
	Wartość energetyczna: 2232.58 kcal; Białko ogółem: 93.10 g; Tłuszcz: 55.10 g; Kw. tł. nasy.: 16.72 g; Węglowodany ogółem: 365.30 g; W tym cukry: 74.83 g; Błonnik pok.: 28.92 g; Sód: 2916.16 mg;	Wartość energetyczna: 2354.95 kcal; Białko ogółem: 81.93 g; Tłuszcz: 77.73 g; Kw. tł. nasy.: 23.23 g; Węglowodany ogółem: 361.41 g; W tym cukry: 75.71 g; Błonnik pok.: 37.06 g; Sód: 3048.23 mg;	Wartość energetyczna: 2274.93 kcal; Białko ogółem: 92.01 g; Tłuszcz: 65.11 g; Kw. tł. nasy.: 20.15 g; Węglowodany ogółem: 354.00 g; W tym cukry: 74.16 g; Błonnik pok.: 29.03 g; Sód: 2869.24 mg;	Wartość energetyczna: 2177.80 kcal; Białko ogółem: 86.62 g; Tłuszcz: 55.56 g; Kw. tł. nasy.: 15.60 g; Węglowodany ogółem: 360.38 g; W tym cukry: 59.79 g; Błonnik pok.: 33.25 g; Sód: 2769.64 mg;	Wartość energetyczna: 2410.02 kcal; Białko ogółem: 94.86 g; Tłuszcz: 65.32 g; Kw. tł. nasy.: 20.20 g; Węglowodany ogółem: 377.41 g; W tym cukry: 94.88 g; Błonnik pok.: 24.62 g; Sód: 2826.91 mg;	Wartość energetyczna: 2315.02 kcal; Białko ogółem: 92.49 g; Tłuszcz: 78.14 g; Kw. tł. nasy.: 24.08 g; Węglowodany ogółem: 347.86 g; W tym cukry: 59.56 g; Błonnik pok.: 40.74 g; Sód: 3913.47 mg;	Wartość energetyczna: 1927.80 kcal; Białko ogółem: 51.78 g; Tłuszcz: 64.15 g; Kw. tł. nasy.: 13.71 g; Węglowodany ogółem: 296.66 g; W tym cukry: 88.69 g; Błonnik pok.: 20.63 g; Sód: 1278.61 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. Wzrostowa	STAR- IŁ. D03 Z ogr.łatwo przys. węglowodanów	STAR- IŁ. Papka
2026-07-17 piątek	Śniadanie	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>) Miód (25g) 1 szt Twaróg półtłusty 60g (<u>MLE</u>) Banan 150 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>) Miód (25g) 1 szt Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Arbuz 150 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>) Miód (25g) 1 szt Twaróg półtłusty 60g (<u>MLE</u>) Arbuz 150 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 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Polejdwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g Arbuz 150 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>) Miód (25g) 1 szt Twaróg półtłusty 60g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 150 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>) Twaróg półtłusty 80g (<u>MLE</u>) Arbuz 150 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 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 25 g
	Obiad	Ryżowa* 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB</u>) Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Ryba smażona (Miruna) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Surówka z kapusty młodej z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB</u>) Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB</u>) Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB</u>) Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB</u>) Surówka z kapusty młodej z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Papka Ob - STAR () 400 ml (<u>SEL</u>)
	PD						Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	
	Kolacja	Bulka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE</u>) Polejdwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Polejdwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u>) Pomidor b/śkórki 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Kol - STAR () 400 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>) Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml (<u>GLU PSZ</u>)
	PN	Wafle ryżowe 30 g						Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g Pomidor 15 g
		Wartość energetyczna: 2122.84 kcal; Białko ogółem: 83.60 g; Tłuszcz: 40.37 g; Kw. tł. nasy.: 13.66 g; Węglowodany ogółem: 377.05 g; W tym cukry: 102.42 g; Błonnik pok.: 25.63 g; Sód: 2249.43 mg;	Wartość energetyczna: 2242.82 kcal; Białko ogółem: 78.75 g; Tłuszcz: 67.54 g; Kw. tł. nasy.: 19.92 g; Węglowodany ogółem: 354.43 g; W tym cukry: 93.97 g; Błonnik pok.: 27.86 g; Sód: 2215.59 mg;	Wartość energetyczna: 2142.30 kcal; Białko ogółem: 82.11 g; Tłuszcz: 53.32 g; Kw. tł. nasy.: 18.78 g; Węglowodany ogółem: 352.98 g; W tym cukry: 96.18 g; Błonnik pok.: 23.62 g; Sód: 1743.65 mg;	Wartość energetyczna: 2014.29 kcal; Białko ogółem: 77.80 g; Tłuszcz: 43.10 g; Kw. tł. nasy.: 13.62 g; Węglowodany ogółem: 352.40 g; W tym cukry: 63.76 g; Błonnik pok.: 25.40 g; Sód: 2429.71 mg;	Wartość energetyczna: 2208.83 kcal; Białko ogółem: 89.93 g; Tłuszcz: 50.73 g; Kw. tł. nasy.: 18.61 g; Węglowodany ogółem: 360.92 g; W tym cukry: 96.56 g; Błonnik pok.: 21.31 g; Sód: 2219.89 mg;	Wartość energetyczna: 2231.88 kcal; Białko ogółem: 99.72 g; Tłuszcz: 76.88 g; Kw. tł. nasy.: 27.64 g; Węglowodany ogółem: 315.61 g; W tym cukry: 64.16 g; Błonnik pok.: 30.72 g; Sód: 2744.69 mg;	Wartość energetyczna: 1766.48 kcal; Białko ogółem: 51.13 g; Tłuszcz: 62.55 g; Kw. tł. nasy.: 13.53 g; Węglowodany ogółem: 257.89 g; W tym cukry: 62.64 g; Błonnik pok.: 20.20 g; Sód: 1315.44 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- Wzrodowa	STAR- IL- D03 Z ogr.łatwo przys. węglowodanów	STAR- IL- Papka
2026-07-18 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE.</u>) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 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>) Rzodkiewka 100 g Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE.</u>) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Polegiewka 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 pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE.</u>) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE.</u>) Pomidor biskorki 100 g Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 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>) Rzodkiewka 100 g Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Papka Śn - STAR () 400 ml (<u>JAJ, SEL.</u>) Banan 150 g
	II ŚN						Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE.</u>) Polegiewka delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Sałata zielona 15 g	
	Obiad	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompotowocowy* z/c 250 ml			Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* () 400 ml (<u>SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompotowocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Papka Ob - STAR () 400 ml (<u>SEL.</u>)
	PD						Serek homo. naturalny 150 g (<u>MLE.</u>)	
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Sałata 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>) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Sałata zielona 20 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>) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Sałata zielona 20 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>) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Kol - STAR () 400 ml (<u>JAJ, MLE, SEL.</u>) Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml (<u>GLU PSZ.</u>)
	PN	Sok pomarańczowy 200 ml					Sok pomidorowy 200 ml	
		Wartość energetyczna: 2230.66 kcal; Białko ogółem: 93.11 g; Tłuszcz: 51.97 g; Kw. tł. nasy.: 17.96 g; Węglowodany ogółem: 373.42 g; W tym cukry: 93.20 g; Błonnik pok.: 34.70 g; Sód: 3054.90 mg;	Wartość energetyczna: 2218.83 kcal; Białko ogółem: 88.14 g; Tłuszcz: 59.07 g; Kw. tł. nasy.: 21.28 g; Węglowodany ogółem: 364.41 g; W tym cukry: 91.44 g; Błonnik pok.: 40.16 g; Sód: 3310.21 mg;	Wartość energetyczna: 2244.06 kcal; Białko ogółem: 91.39 g; Tłuszcz: 59.17 g; Kw. tł. nasy.: 21.21 g; Węglowodany ogółem: 361.68 g; W tym cukry: 92.96 g; Błonnik pok.: 34.34 g; Sód: 2979.70 mg;	Wartość energetyczna: 2099.91 kcal; Białko ogółem: 83.34 g; Tłuszcz: 44.44 g; Kw. tł. nasy.: 14.13 g; Węglowodany ogółem: 371.60 g; W tym cukry: 69.77 g; Błonnik pok.: 36.12 g; Sód: 2797.69 mg;	Wartość energetyczna: 2417.34 kcal; Białko ogółem: 114.44 g; Tłuszcz: 62.76 g; Kw. tł. nasy.: 21.18 g; Węglowodany ogółem: 365.91 g; W tym cukry: 92.51 g; Błonnik pok.: 29.02 g; Sód: 2945.75 mg;	Wartość energetyczna: 2432.16 kcal; Białko ogółem: 116.95 g; Tłuszcz: 85.78 g; Kw. tł. nasy.: 25.91 g; Węglowodany ogółem: 337.37 g; W tym cukry: 55.03 g; Błonnik pok.: 45.06 g; Sód: 3873.13 mg;	Wartość energetyczna: 1739.98 kcal; Białko ogółem: 67.23 g; Tłuszcz: 63.60 g; Kw. tł. nasy.: 11.84 g; Węglowodany ogółem: 236.89 g; W tym cukry: 50.24 g; Błonnik pok.: 20.60 g; Sód: 1612.94 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	
2026-07-19 niedziela	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) 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 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.) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE) Papryka świeża 100 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) 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 manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (GLU PSZ, SEL) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g	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) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza 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) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Śn- STAR () 400 ml (JAJ, SEL) Mus z jabłek prażonych 150 g
	II ŚN							
	Obiad	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany 80 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Kotlet schabowy 80 g (GLU PSZ, JAJ) Mizeria 200 g (MLE) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Schab gotowany 80 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany 80 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany 80 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL)	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Schab gotowany 80 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Mizeria 150 g (MLE) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Papka Ob- STAR () 400 ml (SEL)
	PD							
	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) Twaróg półtłusty 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-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Truskawki 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Salata zielona 20 g Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 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 Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 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-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Truskawki 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Kol- STAR () 400 ml (JAJ, MLE, SEL) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE)
PN	Jabłko 150 g						Jabłko pieczone 150 g	
							Chleb razowy żytnio-pszenny 30 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. 30 g (JAJ, SOJ, MLE) Pomidor 15 g	
	Wartość energetyczna: 1899.29 kcal; Białko ogółem: 99.71 g; Tłuszcz: 41.58 g; Kw. tł. nasy.: 17.17 g; Węglowodany ogółem: 297.72 g; W tym cukry: 60.96 g; Błonnik pok.: 21.27 g; Sód: 2325.07 mg;	Wartość energetyczna: 2205.09 kcal; Białko ogółem: 84.79 g; Tłuszcz: 75.94 g; Kw. tł. nasy.: 31.02 g; Węglowodany ogółem: 323.21 g; W tym cukry: 76.28 g; Błonnik pok.: 30.24 g; Sód: 3000.93 mg;	Wartość energetyczna: 1985.23 kcal; Białko ogółem: 99.86 g; Tłuszcz: 51.39 g; Kw. tł. nasy.: 21.47 g; Węglowodany ogółem: 296.52 g; W tym cukry: 63.53 g; Błonnik pok.: 21.17 g; Sód: 2257.12 mg;	Wartość energetyczna: 1905.75 kcal; Białko ogółem: 93.93 g; Tłuszcz: 36.81 g; Kw. tł. nasy.: 14.33 g; Węglowodany ogółem: 319.82 g; W tym cukry: 50.07 g; Błonnik pok.: 22.95 g; Sód: 2654.02 mg;	Wartość energetyczna: 2100.52 kcal; Białko ogółem: 105.04 g; Tłuszcz: 51.64 g; Kw. tł. nasy.: 22.19 g; Węglowodany ogółem: 311.63 g; W tym cukry: 79.02 g; Błonnik pok.: 15.62 g; Sód: 2258.42 mg;	Wartość energetyczna: 2246.59 kcal; Białko ogółem: 103.03 g; Tłuszcz: 75.79 g; Kw. tł. nasy.: 35.58 g; Węglowodany ogółem: 319.30 g; W tym cukry: 71.83 g; Błonnik pok.: 32.11 g; Sód: 3302.14 mg;	Wartość energetyczna: 1827.80 kcal; Białko ogółem: 55.16 g; Tłuszcz: 66.23 g; Kw. tł. nasy.: 15.79 g; Węglowodany ogółem: 264.40 g; W tym cukry: 85.35 g; Błonnik pok.: 20.93 g; Sód: 1361.51 mg;	