

		STAR- IL- D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	STAR- IL- D01 Podstawowa	STAR- IL- D02 Łatwo strawna	STAR- IL- D02/ML Bezmleczna	STAR- IL- Wrazdowa	STAR- IL- D03 Z ogr.łatwo przys. węglowodanów	STAR- IL- Papka
2026-07-20 poniedziałek	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>) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	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>) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Salata zielona 20 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>) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Śn - STAR () 400 ml (<u>JAJ, SEL.</u>) Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>)
	II śni						Jabłko 150 g	
	Obiad	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Kotlet z jaj-pieczony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos chrzanowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ.</u>) Surowka z selera i jabłka () 200 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Kotlet z jaj-pieczony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 250 g Kotlet z jaj-pieczony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Kotlet z jaj-pieczony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surowka z selera i jabłka b/c () 200 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Papka Ob - STAR () 400 ml (<u>SEL.</u>)
	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>) Paszтет rybny z warzywami (Mintaj) ** 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, 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>) Szprot w sosie pomidorowym 80 g (<u>RYB, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</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>) Paszтет rybny z warzywami (Mintaj) ** 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, 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 Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE.</u>) Paszтет rybny z warzywami (Mintaj) ** 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.</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>) Paszтет rybny z warzywami (Mintaj) ** 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Kol - STAR () 400 ml (<u>JAJ, SEL.</u>) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)
	PN		Jabłko 150 g			Mus z jabłek prażonych 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g Salata zielona 5 g	Mus z jabłek prażonych 100 g
		Wartość energetyczna: 2046.65 kcal; Białko ogółem: 92.03 g; Tłuszcz: 45.22 g; Kw. tł. nasy.: 14.22 g; Węglowodany ogółem: 345.37 g; W tym cukry: 73.85 g; Błonnik pok.: 35.79 g; Sód: 2812.39 mg;	Wartość energetyczna: 2117.73 kcal; Białko ogółem: 76.05 g; Tłuszcz: 68.70 g; Kw. tł. nasy.: 24.69 g; Węglowodany ogółem: 329.79 g; W tym cukry: 72.28 g; Błonnik pok.: 39.11 g; Sód: 2936.00 mg;	Wartość energetyczna: 2212.12 kcal; Białko ogółem: 88.83 g; Tłuszcz: 63.74 g; Kw. tł. nasy.: 20.11 g; Węglowodany ogółem: 348.20 g; W tym cukry: 73.69 g; Błonnik pok.: 36.58 g; Sód: 2843.92 mg;	Wartość energetyczna: 1848.85 kcal; Białko ogółem: 74.41 g; Tłuszcz: 43.37 g; Kw. tł. nasy.: 13.84 g; Węglowodany ogółem: 318.92 g; W tym cukry: 61.36 g; Błonnik pok.: 34.78 g; Sód: 2956.01 mg;	Wartość energetyczna: 2176.79 kcal; Białko ogółem: 91.86 g; Tłuszcz: 50.85 g; Kw. tł. nasy.: 16.84 g; Węglowodany ogółem: 355.21 g; W tym cukry: 80.33 g; Błonnik pok.: 29.43 g; Sód: 2706.41 mg;	Wartość energetyczna: 2252.39 kcal; Białko ogółem: 93.93 g; Tłuszcz: 73.89 g; Kw. tł. nasy.: 26.03 g; Węglowodany ogółem: 340.01 g; W tym cukry: 52.17 g; Błonnik pok.: 45.27 g; Sód: 3460.22 mg;	Wartość energetyczna: 1713.30 kcal; Białko ogółem: 47.44 g; Tłuszcz: 64.25 g; Kw. tł. nasy.: 9.58 g; Węglowodany ogółem: 242.93 g; W tym cukry: 43.36 g; Błonnik pok.: 18.20 g; Sód: 1253.51 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
2026-07-21 wtorek	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, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE</u> .) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u> .) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE</u> .) Ogórek świeży 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, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE</u> .) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u> .) 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 Pogódwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u> .) 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> .) Brokul gotowany* 70 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u> .) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE</u> .) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Śn- STAR () 400 ml (<u>JAJ, SEL</u> .) Mus z jabłek prażonych 100 g
	II ŚN							Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u> .) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u> .) Salata zielona 5 g
	Obiad	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Makaron 250 g (<u>GLU PSZ</u> .) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> .) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Dymia duszona z marchewką * 200 g (<u>GLU PSZ</u> .) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, SOJ</u> .) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u> .) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> .) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u> .) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u> .) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> .) Dymia duszona z marchewką * 200 g (<u>GLU PSZ</u> .) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) * () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> .) Makaron 250 g (<u>GLU PSZ</u> .) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> .) Dymia duszona z marchewką * 200 g (<u>GLU PSZ</u> .) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u> .) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> .) Dymia duszona z marchewką * 200 g (<u>GLU PSZ</u> .) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u> .) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> .) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Papka Ob- STAR () 400 ml (<u>SEL</u> .)
	PD							Sok wielowarzywny pasteryzowany 200 ml
2026-07-21 wtorek	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> .) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ</u> .) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u> .) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	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 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 Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pomidor b/śkórki 100 g Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u> .) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Kol- STAR () 400 ml (<u>JAJ, SEL</u> .) Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
	BN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> .)			Arbuz 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> .)		
		Wartość energetyczna: 2258.30 kcal; Białko ogółem: 104.19 g; Tłuszcz: 51.40 g; Kw. tł. nasy.: 17.83 g; Węglowodany ogółem: 364.35 g; W tym cukry: 62.83 g; Błonnik pok.: 26.47 g; Sód: 2809.12 mg;	Wartość energetyczna: 2095.71 kcal; Białko ogółem: 94.45 g; Tłuszcz: 58.51 g; Kw. tł. nasy.: 21.01 g; Węglowodany ogółem: 321.76 g; W tym cukry: 56.26 g; Błonnik pok.: 27.01 g; Sód: 3003.25 mg;	Wartość energetyczna: 2191.35 kcal; Białko ogółem: 100.05 g; Tłuszcz: 57.53 g; Kw. tł. nasy.: 20.96 g; Węglowodany ogółem: 337.11 g; W tym cukry: 62.49 g; Błonnik pok.: 25.63 g; Sód: 2723.81 mg;	Wartość energetyczna: 2197.62 kcal; Białko ogółem: 93.23 g; Tłuszcz: 48.98 g; Kw. tł. nasy.: 16.46 g; Węglowodany ogółem: 368.76 g; W tym cukry: 67.27 g; Błonnik pok.: 28.07 g; Sód: 2546.82 mg;	Wartość energetyczna: 2285.53 kcal; Białko ogółem: 105.74 g; Tłuszcz: 58.62 g; Kw. tł. nasy.: 21.16 g; Węglowodany ogółem: 345.58 g; W tym cukry: 63.35 g; Błonnik pok.: 21.65 g; Sód: 3550.87 mg;	Wartość energetyczna: 2272.38 kcal; Białko ogółem: 106.79 g; Tłuszcz: 77.50 g; Kw. tł. nasy.: 30.07 g; Węglowodany ogółem: 318.89 g; W tym cukry: 43.31 g; Błonnik pok.: 34.45 g; Sód: 4084.58 mg;	Wartość energetyczna: 1635.10 kcal; Białko ogółem: 50.09 g; Tłuszcz: 65.81 g; Kw. tł. nasy.: 10.33 g; Węglowodany ogółem: 218.26 g; W tym cukry: 29.90 g; Błonnik pok.: 18.35 g; Sód: 2099.01 mg;

		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
2026-07-22 środa	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 Sałatka zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Sałatka zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem 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>) Jajko gotowane ki M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałatka zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Sałatka 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>) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Mus z jabłek prażonych 150 g Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Sałatka zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Papka Śn- STAR () 400 ml (<u>JAJ, SEL.</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)
	II śni						Jabłko 150 g	
	Obiad	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Żrząk drobiowy z udźcą gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki oprószone () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Kotlet mielony drobiowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Żrząk drobiowy z udźcą gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki oprószone () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Żrząk drobiowy z udźcą gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki oprószone () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml		Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Żrząk drobiowy z udźcą gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* 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>) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 100 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasztet z soczewicy () 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 100 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 100 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Sałatka z pomidorów b/s z jogurtem natur i natką pietr 100 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasztet z soczewicy () 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 100 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Kol- STAR () 400 ml (<u>JAJ, SEL.</u>) Banan 150 g
	BN	Jabłko pieczone 150 g		Jabłko 150 g		Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	
		Wartość energetyczna: 1989.55 kcal; Białko ogółem: 89.14 g; Tłuszcz: 41.22 g; Kw. tł. nasy.: 16.28 g; Węglowodany ogółem: 337.81 g; W tym cukry: 82.95 g; Błonnik pok.: 27.43 g; Sód: 2970.48 mg;	Wartość energetyczna: 2557.42 kcal; Białko ogółem: 89.38 g; Tłuszcz: 96.05 g; Kw. tł. nasy.: 31.23 g; Węglowodany ogółem: 364.29 g; W tym cukry: 84.78 g; Błonnik pok.: 36.10 g; Sód: 2800.79 mg;	Wartość energetyczna: 2035.95 kcal; Białko ogółem: 82.38 g; Tłuszcz: 54.78 g; Kw. tł. nasy.: 21.66 g; Węglowodany ogółem: 324.97 g; W tym cukry: 82.28 g; Błonnik pok.: 27.07 g; Sód: 2560.88 mg;	Wartość energetyczna: 1803.78 kcal; Białko ogółem: 76.54 g; Tłuszcz: 36.43 g; Kw. tł. nasy.: 13.40 g; Węglowodany ogółem: 317.49 g; W tym cukry: 64.08 g; Błonnik pok.: 28.22 g; Sód: 2665.78 mg;	Wartość energetyczna: 2323.73 kcal; Białko ogółem: 91.45 g; Tłuszcz: 50.09 g; Kw. tł. nasy.: 19.46 g; Węglowodany ogółem: 387.96 g; W tym cukry: 102.92 g; Błonnik pok.: 21.11 g; Sód: 2865.60 mg;	Wartość energetyczna: 2334.28 kcal; Białko ogółem: 91.26 g; Tłuszcz: 83.12 g; Kw. tł. nasy.: 31.43 g; Węglowodany ogółem: 339.33 g; W tym cukry: 76.46 g; Błonnik pok.: 38.28 g; Sód: 3043.29 mg;	Wartość energetyczna: 1625.70 kcal; Białko ogółem: 47.39 g; Tłuszcz: 64.56 g; Kw. tł. nasy.: 9.80 g; Węglowodany ogółem: 225.97 g; W tym cukry: 60.38 g; Błonnik pok.: 19.50 g; Sód: 1614.11 mg;

2026-07-23 czwartek								
	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	
Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, 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>) Pomidor 100 g Cukier 5g (saszetka) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, 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 Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, 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 Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, PSZ</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, 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 Pomidor b/śkórki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, 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 Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Śn- STAR () 400 ml (<u>JAJ, SEL, PSZ, GLU ŻYT.</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>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 30 g Salata zielona 5 g	
	Obiad	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, PSZ, MLE, SEL</u>) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Salata zielona z jogurtem 200 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szczawiowa z ziemniakami*() 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, PSZ, MLE, SEL</u>) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Salata zielona z jogurtem 200 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy* z/c 2 [Por] x 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, PSZ, MLE, SEL</u>) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Salata zielona z jogurtem 200 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, PSZ, MLE, SEL</u>) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, PSZ, MLE, SEL</u>) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, PSZ, MLE, SEL</u>) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Salata zielona z jogurtem 200 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Papka Ob- STAR () 400 ml (<u>SEL, PSZ, GLU ŻYT.</u>)
	PD						Mus z jabłek prażonych 100 g	Mus z jabłek prażonych 100 g
	Kolacja	Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g 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>) Fasolka szparagowa z wody* 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>) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Fasolka szparagowa z wody* 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>) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Fasolka szparagowa z wody* 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>) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g Fasolka szparagowa z wody* 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>) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Fasolka szparagowa z wody* 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 Fasolka szparagowa z wody* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Kol- STAR () 400 ml (<u>JAJ, SEL, PSZ, GLU ŻYT.</u>) Ryz z jabłkami 200 g
PN	Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (<u>MLE</u>)			Wafle ryżowe 30 g	Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (<u>MLE</u>)		Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (<u>MLE</u>)	
	Wartość energetyczna: 2181.09 kcal; Białko ogółem: 93.86 g; Tłuszcz: 51.40 g; Kw. tł. nasy.: 18.67 g; Węglowodany ogółem: 358.77 g; W tym cukry: 73.21 g; Błonnik pok.: 26.35 g; Sód: 2767.32 mg;	Wartość energetyczna: 2178.50 kcal; Białko ogółem: 88.04 g; Tłuszcz: 58.70 g; Kw. tł. nasy.: 21.96 g; Węglowodany ogółem: 350.22 g; W tym cukry: 81.26 g; Błonnik pok.: 28.56 g; Sód: 3339.41 mg;	Wartość energetyczna: 2194.49 kcal; Białko ogółem: 92.14 g; Tłuszcz: 58.60 g; Kw. tł. nasy.: 21.91 g; Węglowodany ogółem: 347.03 g; W tym cukry: 72.97 g; Błonnik pok.: 25.99 g; Sód: 2692.12 mg;	Wartość energetyczna: 2009.05 kcal; Białko ogółem: 84.01 g; Tłuszcz: 44.53 g; Kw. tł. nasy.: 15.02 g; Węglowodany ogółem: 343.88 g; W tym cukry: 42.94 g; Błonnik pok.: 30.37 g; Sód: 2552.04 mg;	Wartość energetyczna: 2313.06 kcal; Białko ogółem: 94.80 g; Tłuszcz: 57.70 g; Kw. tł. nasy.: 21.12 g; Węglowodany ogółem: 368.37 g; W tym cukry: 78.70 g; Błonnik pok.: 24.82 g; Sód: 2717.25 mg;	Wartość energetyczna: 2260.68 kcal; Białko ogółem: 96.16 g; Tłuszcz: 68.13 g; Kw. tł. nasy.: 25.09 g; Węglowodany ogółem: 348.68 g; W tym cukry: 62.78 g; Błonnik pok.: 34.50 g; Sód: 3243.46 mg;	Wartość energetyczna: 1888.25 kcal; Białko ogółem: 50.11 g; Tłuszcz: 66.60 g; Kw. tł. nasy.: 10.31 g; Węglowodany ogółem: 280.30 g; W tym cukry: 62.62 g; Błonnik pok.: 19.88 g; Sód: 1276.21 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		
2026-07-24 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>) Dżem 25 g 2 szt Twaróg półtłusty 40g (<u>MLE</u>) Arbuz 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 40g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 2 szt Arbuz 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 2 szt Twaróg półtłusty 40g (<u>MLE</u>) Arbuz 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) 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 Dżem 25 g 2 szt Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 30 g Arbuz 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	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>) Dżem 25 g 2 szt Twaróg półtłusty 40g (<u>MLE</u>) Arbuz 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) 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>) Arbuz 150 g		
	II SN							Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g (<u>MLE</u>) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony,parzony,zapiekany z dod.biał.mleka w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL</u>)		
	Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Ryba smażona (Miruna) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Surowka z kapusty czerwonej z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* (bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB</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	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)						Jogurt brzoskwiowy 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>) 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</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>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<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 Kol - STAR () 400 ml (<u>JAJ, SEL</u>) Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml (<u>GLU PSZ</u>)		
PN	Chalka 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)						Jabłko 150 g	Chalka 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g Ogórek świeży 15 g	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR</u>)
	Wartość energetyczna: 2191.03 kcal; Białko ogółem: 89.57 g; Tłuszcz: 47.09 g; Kw. tł. nasy.: 16.01 g; Węglowodany ogółem: 375.80 g; W tym cukry: 104.15 g; Błonnik pok.: 26.17 g; Sód: 2562.44 mg;	Wartość energetyczna: 2365.90 kcal; Białko ogółem: 81.67 g; Tłuszcz: 68.34 g; Kw. tł. nasy.: 22.15 g; Węglowodany ogółem: 382.03 g; W tym cukry: 109.46 g; Błonnik pok.: 28.63 g; Sód: 2384.39 mg;	Wartość energetyczna: 2237.69 kcal; Białko ogółem: 83.50 g; Tłuszcz: 59.87 g; Kw. tł. nasy.: 21.30 g; Węglowodany ogółem: 362.93 g; W tym cukry: 103.91 g; Błonnik pok.: 25.81 g; Sód: 2158.54 mg;	Wartość energetyczna: 1908.41 kcal; Białko ogółem: 69.57 g; Tłuszcz: 43.96 g; Kw. tł. nasy.: 13.32 g; Węglowodany ogółem: 334.03 g; W tym cukry: 97.09 g; Błonnik pok.: 29.87 g; Sód: 2177.84 mg;	Wartość energetyczna: 2331.21 kcal; Białko ogółem: 96.20 g; Tłuszcz: 57.13 g; Kw. tł. nasy.: 21.02 g; Węglowodany ogółem: 373.09 g; W tym cukry: 109.76 g; Błonnik pok.: 20.49 g; Sód: 2523.79 mg;	Wartość energetyczna: 2181.62 kcal; Białko ogółem: 101.05 g; Tłuszcz: 73.13 g; Kw. tł. nasy.: 27.13 g; Węglowodany ogółem: 312.28 g; W tym cukry: 68.72 g; Błonnik pok.: 32.86 g; Sód: 3196.76 mg;	Wartość energetyczna: 1731.93 kcal; Białko ogółem: 48.96 g; Tłuszcz: 66.05 g; Kw. tł. nasy.: 10.77 g; Węglowodany ogółem: 243.88 g; W tym cukry: 71.52 g; Błonnik pok.: 17.20 g; Sód: 1268.04 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 Wrizodowa	STAR- IL D03 Z ogr.łatwo przys. węglowodanów	STAR- IL Papka	
2026-07-25 sobota	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) Kurczak gotowany-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod.białka, w osłonce niejadalnej 50 g (JAJ, SOJ, MLE) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE) Kurczak gotowany-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod.białka, w osłonce niejadalnej 50 g (JAJ, SOJ, MLE) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE) Kurczak gotowany-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod.białka, w osłonce niejadalnej 50 g (JAJ, SOJ, MLE) 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 80 g (GLU PSZ) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g 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) Kurczak gotowany-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod.białka, w osłonce niejadalnej 50 g (JAJ, SOJ, MLE) Pomidor biskorki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE) Kurczak gotowany-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod.białka, w osłonce niejadalnej 50 g (JAJ, SOJ, MLE) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Śn- STAR () 400 ml (JAJ, SEL) Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml (GLU PSZ)	
	II ŚN							Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 30 g Sałata lodowa 5 g	
	Obiad	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL) Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (GLU JECZ) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami ()* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150 g (GLU PSZ) Kasza gryczana 200 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL) Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml (SEL) Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (GLU JECZ) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL) Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami ()* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g (GLU PSZ, SEL) Kasza gryczana 200 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Papka Ob- STAR () 400 ml (SEL)	
	PD						Kisiel o smaku wiśniowym b/c 150 ml (może zawierać: GLUPSZ, SEL, GOR.)	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 150 ml (może zawierać: GLUPSZ, SEL, GOR.)	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml (może zawierać: GLUPSZ, SEL, GOR.)
	Koleja	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (MLE) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ) Chleb razowy żytnio-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 Sałata lodowa 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) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 70 g (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Kol- STAR () 400 ml (JAJ, SEL) Ryż z jabłkami 200 g	
	PN	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)				Banan 150 g	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)		
		Wartość energetyczna: 2219.60 kcal; Białko ogółem: 102.54 g; Tłuszcz: 52.98 g; Kw. tł. nasy.: 16.53 g; Węglowodany ogółem: 358.99 g; W tym cukry: 65.60 g; Błonnik pok.: 33.56 g; Sód: 2835.90 mg;	Wartość energetyczna: 2306.95 kcal; Białko ogółem: 106.98 g; Tłuszcz: 76.42 g; Kw. tł. nasy.: 20.26 g; Węglowodany ogółem: 324.58 g; W tym cukry: 42.52 g; Błonnik pok.: 31.18 g; Sód: 4304.10 mg;	Wartość energetyczna: 2167.56 kcal; Białko ogółem: 99.43 g; Tłuszcz: 59.52 g; Kw. tł. nasy.: 19.68 g; Węglowodany ogółem: 333.19 g; W tym cukry: 65.26 g; Błonnik pok.: 32.04 g; Sód: 2711.38 mg;	Wartość energetyczna: 2138.80 kcal; Białko ogółem: 83.98 g; Tłuszcz: 44.95 g; Kw. tł. nasy.: 15.67 g; Węglowodany ogółem: 379.29 g; W tym cukry: 82.50 g; Błonnik pok.: 36.81 g; Sód: 2518.30 mg;	Wartość energetyczna: 2295.27 kcal; Białko ogółem: 102.11 g; Tłuszcz: 61.62 g; Kw. tł. nasy.: 19.82 g; Węglowodany ogółem: 351.03 g; W tym cukry: 77.49 g; Błonnik pok.: 28.92 g; Sód: 2722.97 mg;	Wartość energetyczna: 2327.23 kcal; Białko ogółem: 113.02 g; Tłuszcz: 81.55 g; Kw. tł. nasy.: 23.82 g; Węglowodany ogółem: 318.18 g; W tym cukry: 26.54 g; Błonnik pok.: 35.46 g; Sód: 4507.07 mg;	Wartość energetyczna: 1859.43 kcal; Białko ogółem: 61.88 g; Tłuszcz: 69.02 g; Kw. tł. nasy.: 8.55 g; Węglowodany ogółem: 256.88 g; W tym cukry: 36.35 g; Błonnik pok.: 19.15 g; Sód: 1215.64 mg;	

		STAR- IŁ. D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	STAR- IŁ. D01 Podstawowa	STAR- IŁ. D02 Łatwo strawna	STAR- IŁ. D02/ML Bezmleczna	STAR- IŁ. Wrzodowa	STAR- IŁ. D03 Z ogr.łatwo przys. węglowodanów	STAR- IŁ. Papka
2026-07-26 niedziela	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>) 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 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>) Ogórek świeży 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>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	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>) 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>) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Pomidor b/śkórki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	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>) Ogórek świeży 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 (. może zawierać: <u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)
	II śni						Jabłko 150 g	
	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 Brokuł 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 białej z koperkiem i 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 Brokuł 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 Brokuł 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 Dynia duszona z marchewką * 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) 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 białej z koperkiem i z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Papka Ob - STAR () 400 ml (<u>SEL.</u>)
	PD					Biskvity b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Sok pomidorowy 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>) Pasta z twarogu i siemienia 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>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia 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 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 i siemienia 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 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g 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>) Pasta z twarogu i siemienia 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 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 siemienia z natką pietruszki 80 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Kol - STAR () 400 ml (<u>JAJ, SEL.</u>) Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	PN	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g		Jabłko pieczone 150 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g Pomidor 15 g	Mus z jabłek () z/c 150 g
		Wartość energetyczna: 1985.26 kcal; Bialko ogółem: 103.27 g; Tłuszcz: 51.12 g; Kw. tł. nasy.: 18.84 g; Węglowodany ogółem: 300.60 g; W tym cukry: 66.03 g; Błonnik pok.: 27.74 g; Sód: 2584.25 mg;	Wartość energetyczna: 2236.44 kcal; Bialko ogółem: 103.62 g; Tłuszcz: 81.88 g; Kw. tł. nasy.: 27.13 g; Węglowodany ogółem: 297.65 g; W tym cukry: 71.39 g; Błonnik pok.: 30.51 g; Sód: 2454.69 mg;	Wartość energetyczna: 2153.97 kcal; Bialko ogółem: 109.43 g; Tłuszcz: 72.53 g; Kw. tł. nasy.: 26.44 g; Węglowodany ogółem: 287.76 g; W tym cukry: 65.37 g; Błonnik pok.: 27.38 g; Sód: 2254.98 mg;	Wartość energetyczna: 2001.54 kcal; Bialko ogółem: 99.81 g; Tłuszcz: 61.63 g; Kw. tł. nasy.: 20.83 g; Węglowodany ogółem: 286.55 g; W tym cukry: 51.60 g; Błonnik pok.: 28.04 g; Sód: 2584.21 mg;	Wartość energetyczna: 2371.26 kcal; Bialko ogółem: 118.33 g; Tłuszcz: 71.64 g; Kw. tł. nasy.: 25.28 g; Węglowodany ogółem: 326.77 g; W tym cukry: 71.11 g; Błonnik pok.: 24.48 g; Sód: 2452.88 mg;	Wartość energetyczna: 2333.65 kcal; Bialko ogółem: 112.11 g; Tłuszcz: 93.14 g; Kw. tł. nasy.: 31.13 g; Węglowodany ogółem: 295.94 g; W tym cukry: 59.64 g; Błonnik pok.: 35.79 g; Sód: 3142.28 mg;	Wartość energetyczna: 1689.63 kcal; Bialko ogółem: 58.43 g; Tłuszcz: 68.20 g; Kw. tł. nasy.: 8.53 g; Węglowodany ogółem: 223.42 g; W tym cukry: 55.34 g; Błonnik pok.: 21.15 g; Sód: 1592.89 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
2026-07-27 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>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany-dr. produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany-dr. produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza 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. produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL.</u>) 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 Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 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>) 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 Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany-dr. produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Śn - STAR () 500 ml (<u>JAJ, SEL.</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g
	II ŚN							Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 400 g Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Naleśniki z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Mus z jabłek prażonych 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 250 g Pulpet drobiowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos majerankowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos majerankowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Pulpet drobiowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos majerankowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Papka Ob - STAR () 500 ml (<u>SEL.</u>)
	PD	Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (<u>MLE</u>)				Chrupki kukurydziane 20 g	Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (<u>MLE</u>)	Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (<u>MLE</u>)
	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. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Ser żółty 50 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.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 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>) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 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>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Rzodkiewka 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Kol - STAR () 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)
	PN	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)				Arbuz 150 g	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g
		Wartość energetyczna: 2356.91 kcal; Białko ogółem: 75.09 g; Tłuszcz: 41.07 g; Kw. tł. nasy.: 13.72 g; Węglowodany ogółem: 432.05 g; W tym cukry: 88.82 g; Błonnik pok.: 23.47 g; Sód: 2174.31 mg;	Wartość energetyczna: 2669.23 kcal; Białko ogółem: 96.93 g; Tłuszcz: 76.10 g; Kw. tł. nasy.: 30.84 g; Węglowodany ogółem: 416.23 g; W tym cukry: 107.14 g; Błonnik pok.: 28.73 g; Sód: 2837.46 mg;	Wartość energetyczna: 2238.68 kcal; Białko ogółem: 71.55 g; Tłuszcz: 47.56 g; Kw. tł. nasy.: 16.90 g; Węglowodany ogółem: 390.83 g; W tym cukry: 84.30 g; Błonnik pok.: 21.84 g; Sód: 2091.61 mg;	Wartość energetyczna: 2215.65 kcal; Białko ogółem: 80.19 g; Tłuszcz: 48.53 g; Kw. tł. nasy.: 14.05 g; Węglowodany ogółem: 390.83 g; W tym cukry: 68.38 g; Błonnik pok.: 31.83 g; Sód: 2661.43 mg;	Wartość energetyczna: 2462.14 kcal; Białko ogółem: 91.49 g; Tłuszcz: 64.29 g; Kw. tł. nasy.: 18.43 g; Węglowodany ogółem: 388.27 g; W tym cukry: 79.32 g; Błonnik pok.: 25.58 g; Sód: 2515.84 mg;	Wartość energetyczna: 2482.75 kcal; Białko ogółem: 99.71 g; Tłuszcz: 86.73 g; Kw. tł. nasy.: 34.15 g; Węglowodany ogółem: 360.44 g; W tym cukry: 53.38 g; Błonnik pok.: 42.40 g; Sód: 3775.46 mg;	Wartość energetyczna: 2010.19 kcal; Białko ogółem: 63.57 g; Tłuszcz: 79.96 g; Kw. tł. nasy.: 18.07 g; Węglowodany ogółem: 270.45 g; W tym cukry: 59.15 g; Błonnik pok.: 22.77 g; Sód: 1659.86 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
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>) 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 Arbuz 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Arbuz 150 g	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>) 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 Arbuz 150 g	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) 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 Arbuz 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Pomidor błskórki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jabłko pieczone 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Arbuz 150 g	Papka Śn - STAR () 400 ml (<u>JAJ, SEL.</u>) Ryż z jabłkami 200 g
II ŚN						Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod. biał. mleka w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL.</u>) Pomidor 15 g	
Obiad	Jarzynowa z zacierką * -dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką * -dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surowka wykwinna z olejem b/c 150 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką * -dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką * -dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką * -dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką * -dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surowka wykwinna z olejem b/c 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Papka Ob - STAR () 400 ml (<u>SEL.</u>)
PD						Sok wielowarzynny pasteryzowany 200 ml	
Kolejca	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE.</u>) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE.</u>) Pasta z brokula * 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE.</u>) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE.</u>) Pasta z brokula * 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE.</u>) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE.</u>) Pasta z brokula * 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 Poledwica delikatna-produkt blokowy rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pasta z brokula * 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE.</u>) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE.</u>) Buraczki gotowane () 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE.</u>) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE.</u>) Pasta z brokula * 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Kol - STAR () 400 ml (<u>JAJ, SEL.</u>) Mus z jabłek prażonych 100 g
BN		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Wartość energetyczna: 2004.38 kcal; Białko ogółem: 97.73 g; Tłuszcz: 45.35 g; Kw. tł. nasy.: 14.21 g; Węglowodany ogółem: 322.44 g; W tym cukry: 79.47 g; Błonnik pok.: 25.62 g; Sód: 3360.94 mg;	Wartość energetyczna: 2087.30 kcal; Białko ogółem: 93.02 g; Tłuszcz: 65.03 g; Kw. tł. nasy.: 19.17 g; Węglowodany ogółem: 307.06 g; W tym cukry: 78.90 g; Błonnik pok.: 28.13 g; Sód: 3551.24 mg;	Wartość energetyczna: 2037.22 kcal; Białko ogółem: 96.01 g; Tłuszcz: 54.71 g; Kw. tł. nasy.: 18.42 g; Węglowodany ogółem: 310.70 g; W tym cukry: 79.23 g; Błonnik pok.: 25.26 g; Sód: 3289.34 mg;	Wartość energetyczna: 1945.80 kcal; Białko ogółem: 87.64 g; Tłuszcz: 44.16 g; Kw. tł. nasy.: 12.90 g; Węglowodany ogółem: 323.83 g; W tym cukry: 60.29 g; Błonnik pok.: 26.97 g; Sód: 3095.89 mg;	Wartość energetyczna: 2052.59 kcal; Białko ogółem: 99.11 g; Tłuszcz: 47.59 g; Kw. tł. nasy.: 17.31 g; Węglowodany ogółem: 321.50 g; W tym cukry: 80.99 g; Błonnik pok.: 23.55 g; Sód: 3729.74 mg;	Wartość energetyczna: 2105.56 kcal; Białko ogółem: 100.96 g; Tłuszcz: 67.95 g; Kw. tł. nasy.: 19.89 g; Węglowodany ogółem: 301.99 g; W tym cukry: 61.89 g; Błonnik pok.: 31.20 g; Sód: 4845.88 mg;	Wartość energetyczna: 1815.10 kcal; Białko ogółem: 53.41 g; Tłuszcz: 67.58 g; Kw. tł. nasy.: 10.51 g; Węglowodany ogółem: 256.62 g; W tym cukry: 40.19 g; Błonnik pok.: 19.85 g; Sód: 2104.11 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
2026-07-29 środa	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>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) 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>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Rzodkiewka 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>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) 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 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz 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	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>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor biskorki 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>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Rzodkiewka 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>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	II śni						Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</u>)	
	Obiad	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pulpet wieprzowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pulpet wieprzowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surowka z marchwi z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pulpet wieprzowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana * (bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pulpet wieprzowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pulpet wieprzowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pulpet wieprzowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surowka z marchwi z olejem b/c () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Papka Ob - STAR () 400 ml (<u>SEL.</u>)
	PD					Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (<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>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ.</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>) 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>) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 80 g (<u>RYB, SEL.</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>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 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 szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ.</u>) 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		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)					Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną, 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Pomidor 15 g	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)
		Wartość energetyczna: 2292.37 kcal; Białko ogółem: 93.09 g; Tłuszcz: 53.84 g; Kw. tł. nasy.: 16.82 g; Węglowodany ogółem: 382.42 g; W tym cukry: 68.76 g; Błonnik pok.: 29.14 g; Sód: 2142.19 mg;	Wartość energetyczna: 2384.05 kcal; Białko ogółem: 87.72 g; Tłuszcz: 77.84 g; Kw. tł. nasy.: 22.69 g; Węglowodany ogółem: 365.88 g; W tym cukry: 82.58 g; Błonnik pok.: 41.37 g; Sód: 2989.27 mg;	Wartość energetyczna: 2240.33 kcal; Białko ogółem: 89.98 g; Tłuszcz: 60.38 g; Kw. tł. nasy.: 19.98 g; Węglowodany ogółem: 356.62 g; W tym cukry: 68.43 g; Błonnik pok.: 27.62 g; Sód: 2017.67 mg;	Wartość energetyczna: 2098.75 kcal; Białko ogółem: 78.77 g; Tłuszcz: 50.13 g; Kw. tł. nasy.: 15.66 g; Węglowodany ogółem: 359.19 g; W tym cukry: 49.62 g; Błonnik pok.: 29.84 g; Sód: 2380.28 mg;	Wartość energetyczna: 2428.17 kcal; Białko ogółem: 97.03 g; Tłuszcz: 63.24 g; Kw. tł. nasy.: 21.75 g; Węglowodany ogółem: 382.27 g; W tym cukry: 86.73 g; Błonnik pok.: 22.33 g; Sód: 2026.23 mg;	Wartość energetyczna: 2615.94 kcal; Białko ogółem: 102.94 g; Tłuszcz: 92.71 g; Kw. tł. nasy.: 29.38 g; Węglowodany ogółem: 382.70 g; W tym cukry: 61.55 g; Błonnik pok.: 45.29 g; Sód: 3433.59 mg;	Wartość energetyczna: 1869.25 kcal; Białko ogółem: 56.21 g; Tłuszcz: 69.50 g; Kw. tł. nasy.: 12.10 g; Węglowodany ogółem: 263.60 g; W tym cukry: 57.62 g; Błonnik pok.: 18.08 g; Sód: 1354.71 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
2026-07-30 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) 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>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) 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>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) 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 Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) 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	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Śn - STAR () 400 ml (<u>JAJ, SEL</u>) Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml (<u>GLU PSZ</u>)
	II Śni						Jabłko 150 g	
	Obiad	Kalaforowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos boloński z mięsa wieprz łop - dieta* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet jarzyn gotowany bez oleju* 200 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kalaforowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 100 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kalaforowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos boloński z mięsa wieprz łop - dieta* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kalaforowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos boloński z mięsa wieprz łop - dieta* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kalaforowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos boloński z mięsa wieprz łop - dieta* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kalaforowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron polnoziemisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 100 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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>)						
	Koleja	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 Pasta z buraka 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>) Paszтет z fasoli () 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Pasta z buraka 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 Pasta z buraka 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 Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pasta z buraka 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 Marchew gotowana z olejem* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Paszтет z fasoli () 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Pasta z buraka 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Kol - STAR () 400 ml (<u>JAJ, SEL</u>) Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR</u>)
	PN	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)			Banan 150 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 15 g	Banan 150 g
		Wartość energetyczna: 1989.29 kcal; Białko ogółem: 81.19 g; Tłuszcz: 44.16 g; Kw. tł. nasy.: 15.75 g; Węglowodany ogółem: 339.64 g; W tym cukry: 62.18 g; Błonnik pok.: 28.20 g; Sód: 2967.35 mg;	Wartość energetyczna: 2193.02 kcal; Białko ogółem: 81.16 g; Tłuszcz: 63.89 g; Kw. tł. nasy.: 20.36 g; Węglowodany ogółem: 346.66 g; W tym cukry: 54.10 g; Błonnik pok.: 29.96 g; Sód: 2725.76 mg;	Wartość energetyczna: 2015.53 kcal; Białko ogółem: 82.47 g; Tłuszcz: 52.44 g; Kw. tł. nasy.: 19.34 g; Węglowodany ogółem: 318.92 g; W tym cukry: 53.38 g; Błonnik pok.: 20.34 g; Sód: 2791.41 mg;	Wartość energetyczna: 1975.88 kcal; Białko ogółem: 77.33 g; Tłuszcz: 40.46 g; Kw. tł. nasy.: 14.05 g; Węglowodany ogółem: 345.77 g; W tym cukry: 61.44 g; Błonnik pok.: 23.95 g; Sód: 2524.96 mg;	Wartość energetyczna: 2261.01 kcal; Białko ogółem: 82.75 g; Tłuszcz: 60.23 g; Kw. tł. nasy.: 19.78 g; Węglowodany ogółem: 364.15 g; W tym cukry: 90.64 g; Błonnik pok.: 27.17 g; Sód: 2657.77 mg;	Wartość energetyczna: 2383.86 kcal; Białko ogółem: 91.21 g; Tłuszcz: 82.15 g; Kw. tł. nasy.: 29.27 g; Węglowodany ogółem: 351.79 g; W tym cukry: 53.09 g; Błonnik pok.: 39.63 g; Sód: 3006.13 mg;	Wartość energetyczna: 1696.43 kcal; Białko ogółem: 47.76 g; Tłuszcz: 64.45 g; Kw. tł. nasy.: 9.73 g; Węglowodany ogółem: 240.18 g; W tym cukry: 58.97 g; Błonnik pok.: 18.40 g; Sód: 1236.04 mg;

		STAR- IŁ. D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	STAR- IŁ. D01 Podstawowa	STAR- IŁ. D02 Łatwo strawna	STAR- IŁ. D02/ML Bezmleczna	STAR- IŁ. W rzodowa	STAR- IŁ. D03 Z ogr.łatwo przys. węglowodanów	STAR- IŁ. Papka
2026-07-31 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE</u>) Miód (25g) 1 szt Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU 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>) Miód (25g) 1 szt Jabłko 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>) 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>) Miód (25g) 1 szt Jabłko 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>) 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 Pogdowica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 25 g Miód (25g) 1 szt Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE</u>) Miód (25g) 1 szt Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU 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 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko 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 SN						Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej 30 g (<u>JAJ, SOJ, MLE</u>) Pomidor 15 g	
	Obiad	Krupnik jęczmienny* 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JEJCZ.</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	Krupnik jęczmienny* 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JEJCZ.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB.</u>) Surowka z kapusty młodej z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny* 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JEJCZ.</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	Krupnik jęczmienny (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL, GLU JEJCZ.</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	Krupnik jęczmienny* 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JEJCZ.</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	Krupnik jęczmienny* 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JEJCZ.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB.</u>) Surowka z kapusty młodej z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Papka Ob - STAR () 400 ml (<u>SEL</u>)
	PD					Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (<u>MLE</u>)	Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (<u>MLE</u>)	Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (<u>MLE</u>)
	Koleja	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE</u>) 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>) Salatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU 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>) Salatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU 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>) Salatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU 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 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>) Salatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Kol - STAR () 400 ml (<u>JAJ, SEL</u>) Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml (<u>GLU PSZ</u>)
	PN	Sok jabłkowy 200 ml					Sok pomidorowy 200 ml	
		Wartość energetyczna: 1995.42 kcal; Białko ogółem: 79.06 g; Tłuszcz: 39.48 g; Kw. tł. nasy.: 12.72 g; Węglowodany ogółem: 351.79 g; W tym cukry: 105.87 g; Błonnik pok.: 26.23 g; Sód: 2389.56 mg;	Wartość energetyczna: 2154.38 kcal; Białko ogółem: 75.04 g; Tłuszcz: 66.61 g; Kw. tł. nasy.: 19.39 g; Węglowodany ogółem: 338.31 g; W tym cukry: 106.03 g; Błonnik pok.: 31.08 g; Sód: 2388.94 mg;	Wartość energetyczna: 2165.13 kcal; Białko ogółem: 78.94 g; Tłuszcz: 61.11 g; Kw. tł. nasy.: 19.00 g; Węglowodany ogółem: 345.22 g; W tym cukry: 108.88 g; Błonnik pok.: 28.17 g; Sód: 2099.69 mg;	Wartość energetyczna: 2004.38 kcal; Białko ogółem: 69.51 g; Tłuszcz: 50.48 g; Kw. tł. nasy.: 14.09 g; Węglowodany ogółem: 340.74 g; W tym cukry: 95.87 g; Błonnik pok.: 29.23 g; Sód: 2280.29 mg;	Wartość energetyczna: 2212.97 kcal; Białko ogółem: 84.98 g; Tłuszcz: 49.71 g; Kw. tł. nasy.: 17.78 g; Węglowodany ogółem: 369.38 g; W tym cukry: 126.71 g; Błonnik pok.: 21.49 g; Sód: 2330.52 mg;	Wartość energetyczna: 2254.46 kcal; Białko ogółem: 94.73 g; Tłuszcz: 80.59 g; Kw. tł. nasy.: 25.33 g; Węglowodany ogółem: 319.62 g; W tym cukry: 71.68 g; Błonnik pok.: 36.39 g; Sód: 3107.71 mg;	Wartość energetyczna: 1744.88 kcal; Białko ogółem: 49.76 g; Tłuszcz: 65.52 g; Kw. tł. nasy.: 10.26 g; Węglowodany ogółem: 248.89 g; W tym cukry: 51.34 g; Błonnik pok.: 19.88 g; Sód: 1660.94 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- Wzrodowa	STAR- IŁ- D03 Z ogr.łatwo przys. węglowodanów	STAR- IŁ- Papka
2026-08-01 sobota	Śniadanie Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) 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	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE.) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE.) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE.) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE.) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Śn- STAR () 400 ml (JAJ, SEL.) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN					Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Ogórek świeży 15 g	
2026-08-01 sobota	Obiad Koperkowa z ziemniakami ()* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 250 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami ()* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Kociolek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami ()* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)() 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 250 g Potrawka drobiowa () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami ()* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami ()* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kociolek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Papka Ob- STAR () 400 ml (SEL.)
	PD				Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml (może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml (może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.)	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml (może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.)
2026-08-01 sobota	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 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.) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkami surowców wieprzowych pieczony 60 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, SEL, GOR, SEZ.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE.) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE.) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Pomidor b/śkórki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (MLE.) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Kol- STAR () 400 ml (JAJ, SEL.) Ryż z jabłkami 200 g
	IN	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)		Jabłko 150 g		Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)	
	Wartość energetyczna: 2210.99 kcal; Białko ogółem: 104.21 g; Tłuszcz: 48.20 g; Kw. tł. nasy.: 14.84 g; Węglowodany ogółem: 363.75 g; W tym cukry: 64.67 g; Błonnik pok.: 28.38 g; Sód: 2689.27 mg;	Wartość energetyczna: 2258.11 kcal; Białko ogółem: 96.91 g; Tłuszcz: 66.58 g; Kw. tł. nasy.: 20.42 g; Węglowodany ogółem: 345.17 g; W tym cukry: 66.34 g; Błonnik pok.: 32.94 g; Sód: 3195.30 mg;	Wartość energetyczna: 2148.64 kcal; Białko ogółem: 101.09 g; Tłuszcz: 54.51 g; Kw. tł. nasy.: 18.00 g; Węglowodany ogółem: 336.23 g; W tym cukry: 64.39 g; Błonnik pok.: 27.54 g; Sód: 2603.16 mg;	Wartość energetyczna: 2106.67 kcal; Białko ogółem: 88.27 g; Tłuszcz: 42.71 g; Kw. tł. nasy.: 14.26 g; Węglowodany ogółem: 369.89 g; W tym cukry: 67.97 g; Błonnik pok.: 32.84 g; Sód: 2503.47 mg;	Wartość energetyczna: 2253.83 kcal; Białko ogółem: 103.73 g; Tłuszcz: 54.51 g; Kw. tł. nasy.: 18.03 g; Węglowodany ogółem: 352.70 g; W tym cukry: 76.70 g; Błonnik pok.: 23.14 g; Sód: 2552.92 mg;	Wartość energetyczna: 2248.03 kcal; Białko ogółem: 105.49 g; Tłuszcz: 69.84 g; Kw. tł. nasy.: 21.71 g; Węglowodany ogółem: 330.92 g; W tym cukry: 49.29 g; Błonnik pok.: 40.73 g; Sód: 3372.84 mg;	Wartość energetyczna: 1788.70 kcal; Białko ogółem: 61.51 g; Tłuszcz: 69.13 g; Kw. tł. nasy.: 8.62 g; Węglowodany ogółem: 242.68 g; W tym cukry: 37.77 g; Błonnik pok.: 20.25 g; Sód: 1593.71 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
2026-08-02 niedziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Rzodkiewka 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Pomidor b/škorki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Rzodkiewka 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Papka Śn - STAR () 400 ml (<u>JAJ, SEL.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	II śni						Jabłko 150 g	
	Obiad	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany 80 g Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany bez oleju* 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Kotlet schabowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Mizeria 200 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Schab gotowany 80 g Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany 80 g Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany 80 g Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 200 g Schab gotowany 80 g Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Mizeria 200 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Papka Ob - STAR () 400 ml (<u>SEL.</u>)
	PD					Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Sok wielowarzynny pasteryzowany 200 ml	
	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>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 75% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Papka Kol - STAR () 400 ml (<u>JAJ, MLE, SEL.</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>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Pomidor 15 g	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)
		Wartość energetyczna: 1958.38 kcal; Białko ogółem: 90.35 g; Tłuszcz: 39.67 g; Kw. tł. nasy.: 16.13 g; Węglowodany ogółem: 332.44 g; W tym cukry: 82.90 g; Błonnik pok.: 28.63 g; Sód: 2434.12 mg;	Wartość energetyczna: 2076.16 kcal; Białko ogółem: 73.75 g; Tłuszcz: 63.20 g; Kw. tł. nasy.: 22.23 g; Węglowodany ogółem: 328.31 g; W tym cukry: 77.21 g; Błonnik pok.: 28.85 g; Sód: 2144.99 mg;	Wartość energetyczna: 2004.50 kcal; Białko ogółem: 84.25 g; Tłuszcz: 54.06 g; Kw. tł. nasy.: 20.35 g; Węglowodany ogółem: 316.42 g; W tym cukry: 80.26 g; Błonnik pok.: 26.40 g; Sód: 1841.77 mg;	Wartość energetyczna: 1950.63 kcal; Białko ogółem: 84.01 g; Tłuszcz: 43.41 g; Kw. tł. nasy.: 15.37 g; Węglowodany ogółem: 329.92 g; W tym cukry: 67.19 g; Błonnik pok.: 28.18 g; Sód: 2368.91 mg;	Wartość energetyczna: 2144.21 kcal; Białko ogółem: 93.23 g; Tłuszcz: 52.40 g; Kw. tł. nasy.: 20.21 g; Węglowodany ogółem: 338.38 g; W tym cukry: 80.07 g; Błonnik pok.: 21.64 g; Sód: 2264.92 mg;	Wartość energetyczna: 2068.83 kcal; Białko ogółem: 96.66 g; Tłuszcz: 64.37 g; Kw. tł. nasy.: 26.13 g; Węglowodany ogółem: 307.34 g; W tym cukry: 65.50 g; Błonnik pok.: 33.97 g; Sód: 3167.80 mg;	Wartość energetyczna: 1549.45 kcal; Białko ogółem: 49.46 g; Tłuszcz: 62.71 g; Kw. tł. nasy.: 13.53 g; Węglowodany ogółem: 204.75 g; W tym cukry: 38.71 g; Błonnik pok.: 14.75 g; Sód: 2092.21 mg;