

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA STAROGARD GDAŃSKI

		SG- KCZ I Podstawowa	SG- KCZ II Łatwo strawna	SG- KCZ III Cukrzycowa	SG- KCZ IX Bogatobiałkowa	SG- KCZ XIX Położnicza
2024-09-30 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ,) Sałata lodowa 35 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Ser mozzarella 50 g (MLE,)	Płatki pszenne na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Ser mozzarella 50 g (MLE,) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ,) Sałata lodowa 35 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Ser mozzarella 50 g (MLE,) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ,) Sałata lodowa 35 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Ser mozzarella 50 g (MLE,) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ,) Sałata lodowa 35 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Ser mozzarella 50 g (MLE,) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ,) Sałata lodowa 35 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	II ŚN			Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Sałata zielona 5 g	Banan 1szt. 1 szt
	Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 250 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Schab pieczony cały + 100 g Sos własny dieta + 70 g (SOJ,) Surówka z czerwonej kapusty z natką pietruszki i słonecznikiem b/c + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 250 g (SOJ, MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Schab pieczony cały + 100 g Sos własny dieta + 70 g (SOJ,) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 250 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Schab pieczony cały + 100 g Sos własny dieta + 70 g (SOJ,) Surówka z czerwonej kapusty z natką pietruszki i słonecznikiem b/c + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 250 g (SOJ, MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Schab pieczony cały + 100 g Sos własny dieta + 70 g (SOJ,) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 250 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Schab pieczony cały + 100 g Sos własny dieta + 70 g (SOJ,) Surówka z czerwonej kapusty z natką pietruszki i słonecznikiem b/c + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD			Jabłko 1 szt 1 szt		Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek śmietankowy naturalny 50 g (MLE,) Ogórek kiszony 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek śmietankowy naturalny 50 g (MLE,) Pomidor b/skórki 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek śmietankowy naturalny 50 g (MLE,) Ogórek kiszony 60 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek śmietankowy naturalny 50 g (MLE,) Pomidor b/skórki 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek śmietankowy naturalny 50 g (MLE,) Ogórek kiszony 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)
PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE,) Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE,)		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 30 g (SOJ,) Sałata zielona 5 g	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE,) Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE,)	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE,) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE,)	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA STAROGARD GDAŃSKI

	SG- KCZ I Podstawowa	SG- KCZ II Łatwo strawna	SG- KCZ III Cukrzycowa	SG- KCZ IX Bogatobiałkowa	SG- KCZ XIX Położnicza
Śniadanie	Zacierka na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Smałek z fasoli z kurkumą i tymiankiem + 50 g Kabanos drobiowo-wieprzowy średnio rozdrobniony wędzony, parzony, suszony. 50 g Papryka świeża 60 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Serek ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g Pomidor b/skórki 60 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Kabanos drobiowo-wieprzowy średnio rozdrobniony wędzony, parzony, suszony. 50 g Smałek z fasoli z kurkumą i tymiankiem + 50 g Papryka świeża 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g Serek ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE,</u>) Pomidor b/skórki 60 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Kabanos drobiowo-wieprzowy średnio rozdrobniony wędzony, parzony, suszony. 50 g Smałek z fasoli z kurkumą i tymiankiem + 50 g Papryka świeża 60 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
II ŚN			Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Śliwka szt 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u>) Sałata zielona 5 g	Śliwka szt 2 szt
2024-10-01 wtorek Obiad	Zupa krem z białych warzyw + 250 ml (<u>SOJ, SEL,</u>) Grzanki pszenne 10 g (<u>GLU PSZ,</u>) Połędwiczka z kurczaka na parze + 120 g Sos szpinakowy + 70 g (<u>MLE,</u>) Kasza jęczmienna + 170 g (<u>GLU JECZ,</u>) Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 150 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa krem z białych warzyw + 250 ml (<u>SOJ, SEL,</u>) Grzanki pszenne 10 g (<u>GLU PSZ,</u>) Połędwiczka z kurczaka na parze + 120 g Sos szpinakowy + 70 g (<u>MLE,</u>) Kasza jęczmienna + 170 g (<u>GLU JECZ,</u>) Marchew mini gotowana + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa krem z białych warzyw + 250 ml (<u>SOJ, SEL,</u>) Grzanki pszenne 10 g (<u>GLU PSZ,</u>) Połędwiczka z kurczaka na parze + 120 g Sos szpinakowy + 100 g (<u>MLE,</u>) Kasza jęczmienna + 170 g (<u>GLU JECZ,</u>) Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 150 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa krem z białych warzyw + 250 ml (<u>SOJ, SEL,</u>) Grzanki pszenne 10 g (<u>GLU PSZ,</u>) Połędwiczka z kurczaka na parze + 120 g Sos szpinakowy + 70 g (<u>MLE,</u>) Kasza jęczmienna + 170 g (<u>GLU JECZ,</u>) Marchew mini gotowana + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa krem z białych warzyw + 250 ml (<u>SOJ, SEL,</u>) Grzanki pszenne 10 g (<u>GLU PSZ,</u>) Połędwiczka z kurczaka na parze + 120 g Sos szpinakowy + 70 g (<u>MLE,</u>) Kasza jęczmienna + 170 g (<u>GLU JECZ,</u>) Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 150 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>)		Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ,</u>)
Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g (<u>SOJ,</u>) Jajko w sosie tatarskim + 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR,</u>) Sałata lodowa 35 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko w sosie jogurtowo-pietruszkowym + 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g (<u>SOJ,</u>) Sałata lodowa 35 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE,</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko w sosie jogurtowo-pietruszkowym + 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g (<u>SOJ,</u>) Sałata lodowa 35 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko w sosie jogurtowo-pietruszkowym + 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g (<u>SOJ,</u>) Sałata lodowa 35 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE,</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko w sosie tatarskim + 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR,</u>) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g (<u>SOJ,</u>) Sałata lodowa 35 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE,</u>)
PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 5 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA STAROGARD GDAŃSKI

		SG- KCZ I Podstawowa	SG- KCZ II Łatwo strawna	SG- KCZ III Cukrzycowa	SG- KCZ IX Bogatobiałkowa	SG- KCZ XIX Położnicza	
2024-10-02 środa	Sniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sałatka z makaronem pełnoziarnistym z kurczakiem i warzywami + 150 g (GLU PSZ.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sałatka jarzynowa z jajkiem dieta + 150 g (JAJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałatka z makaronem pełnoziarnistym z kurczakiem i warzywami + 150 g (GLU PSZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sałatka jarzynowa z jajkiem dieta + 150 g (JAJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sałatka z makaronem pełnoziarnistym z kurczakiem i warzywami + 150 g (GLU PSZ.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	
	II ŚN			Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.) Sałata lodowa 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.) Sałata lodowa 5 g	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej + 250 g (GLU PSZ, SEL, GOR.) Wieprzowina w sosie słodko-kwaśnym z warzywami + 200 g (SOJ.) Ryż brązowy + 170 g Fasolka szparagowa żółta + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami + 250 ml (SOJ, MLE, SEL.) Risotto z kurczakiem i warzywami + 300 g (MLE, SEL.) Sos pomidorowy + 70 g Fasolka szparagowa żółta + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty białej + 250 g (GLU PSZ, SEL, GOR.) Wieprzowina w sosie słodko-kwaśnym z warzywami + 200 g (SOJ.) Ryż brązowy + 170 g Fasolka szparagowa żółta + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami + 250 ml (SOJ, MLE, SEL.) Risotto z kurczakiem i warzywami + 300 g (MLE, SEL.) Sos pomidorowy + 70 g Fasolka szparagowa żółta + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty białej + 250 g (GLU PSZ, SEL, GOR.) Wieprzowina w sosie słodko-kwaśnym z warzywami + 200 g (SOJ.) Ryż brązowy + 170 g Fasolka szparagowa żółta + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	
	PD			Nektarynka 1 szt 1 szt			
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 50 g Twarożek + 50 g (MLE.) Sałatka z pomidorów i koperku 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 50 g Twarożek + 50 g (MLE.) Sałatka z pomidorów i koperku 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Twarożek + 50 g (MLE.) Sałatka z pomidorów i koperku 60 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 50 g Twarożek + 50 g (MLE.) Sałatka z pomidorów i koperku 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 50 g Twarożek + 50 g (MLE.) Sałatka z pomidorów i koperku 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	
PN	Biszkopty b/m 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Sałata zielona 5 g	Biszkopty b/m 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA STAROGARD GDAŃSKI

	SG- KCZ I Podstawowa	SG- KCZ II Łatwo strawna	SG- KCZ III Cukrzycowa	SG- KCZ IX Bogatobiałkowa	SG- KCZ XIX Położnicza	
2024-10-03 czwartek	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 200 ml (MLE, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (JAJ, MLE.) Salata lodowa z pomidorami i olejem + 60 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 200 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (JAJ, MLE.) Salata lodowa z pomidorami i olejem + 60 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (JAJ, MLE.) Salata lodowa z pomidorami i olejem + 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (JAJ, MLE.) Salata lodowa z pomidorami i olejem + 60 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 200 ml (MLE, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (JAJ, MLE.) Salata lodowa z pomidorami i olejem + 60 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
		II ŚN		Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek śmietankowy naturalny 30 g (MLE.) Salata lodowa 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek śmietankowy naturalny 30 g (MLE.) Salata lodowa 5 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek śmietankowy naturalny 30 g (MLE.) Salata lodowa 5 g
2024-10-03 czwartek	Obiad	Zupa krem z buraków + 250 ml (SOJ, MLE, SEL.) Groszek zielony blanszowany + 20 g Makaron pełnoziarnisty świderki + 170 g (GLU PSZ.) Sos szpinakowy z serem białym + 200 g (MLE.) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa krem z buraków + 250 ml (SOJ, MLE, SEL.) Groszek zielony blanszowany + 20 g Makaron pełnoziarnisty świderki + 170 g (GLU PSZ.) Sos szpinakowy z serem białym - dieta + 200 g (MLE.) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa krem z buraków + 250 ml (SOJ, MLE, SEL.) Groszek zielony blanszowany + 20 g Makaron pełnoziarnisty świderki + 170 g (GLU PSZ.) Sos szpinakowy z serem białym - dieta + 200 g (MLE.) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa krem z buraków + 250 ml (SOJ, MLE, SEL.) Groszek zielony blanszowany + 20 g Makaron penne + 170 g (GLU PSZ.) Sos szpinakowy z serem białym + 200 g (MLE.) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa krem z buraków + 250 ml (SOJ, MLE, SEL.) Groszek zielony blanszowany + 20 g Makaron pełnoziarnisty świderki + 170 g (GLU PSZ.) Sos szpinakowy z serem białym + 200 g (MLE.) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
		PD		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	
2024-10-03 czwartek	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek wiejski ze szczypiorkiem + 50 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Pomidor 60 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek wiejski ziarnisty 50 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek wiejski ze szczypiorkiem + 50 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Pomidor 60 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek wiejski ziarnisty 50 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Pomidor b/skórki 60 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek wiejski ze szczypiorkiem + 50 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Pomidor 60 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.)
		PN	Chrupki kukurydziane 30 g Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Chrupki kukurydziane 30 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.) Salata zielona 5 g	Chrupki kukurydziane 30 g Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA STAROGARD GDAŃSKI

	SG- KCZ I Podstawowa	SG- KCZ II Łatwo strawna	SG- KCZ III Cukrzycowa	SG- KCZ IX Bogatobiałkowa	SG- KCZ XIX Położnicza	
2024-10-04 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek makowy + 50 g (<u>MLE,</u>) Miód (25g) 1 szt Gruszka 1szt. 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtusty 50 g (<u>MLE,</u>) Miód (25g) 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek makowy + 50 g (<u>MLE,</u>) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wierzbowiny, parzona 50 g (<u>SOJ,</u>) Gruszka 1szt. 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtusty 100 g (<u>MLE,</u>) Miód (25g) 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wody. 30 g (<u>SOJ, MLE,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek makowy + 50 g (<u>MLE,</u>) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wierzbowiny, parzona 50 g (<u>SOJ,</u>) Gruszka 1szt. 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
		II ŚN		Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g (<u>SOJ, MLE,</u>) Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g (<u>SOJ, MLE,</u>) Salata zielona 5 g	Kiwi 1 szt 1 szt
2024-10-04 piątek	Obiad	Zupa brokułowa z ziemniakami + 250 ml (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Morszczuk pieczony w posypce ziołowej + 100 g (<u>RYB,</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Tzatziki + 150 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami + 250 ml (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Morszczuk pieczony w posypce ziołowej + 100 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy + 70 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Tzatziki + 150 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami + 250 ml (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Morszczuk pieczony w posypce ziołowej + 100 g (<u>RYB,</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Tzatziki + 150 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami + 250 ml (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Morszczuk pieczony w posypce ziołowej + 100 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy + 70 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Tzatziki + 150 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami + 250 ml (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Morszczuk pieczony w posypce ziołowej + 100 g (<u>RYB,</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Tzatziki + 150 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
		PD	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>)			
2024-10-04 piątek	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Salatka z buraka, szpinaku z serem feta + 150 g (<u>MLE, GOR,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Salatka z buraka, szpinaku z mozzarełą + 150 g (<u>MLE,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Salatka z buraka, szpinaku z serem feta + 150 g (<u>MLE, GOR,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Salatka z buraka, szpinaku z mozzarełą + 150 g (<u>MLE,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Salatka z buraka, szpinaku z serem feta + 150 g (<u>MLE, GOR,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)
		PN	Banan 1szt. 1 szt	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Ser żółty 30 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 5 g	Banan 1szt. 1 szt	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA STAROGARD GDAŃSKI

	SG- KCZ I Podstawowa	SG- KCZ II Łatwo strawna	SG- KCZ III Cukrzycowa	SG- KCZ IX Bogatobiałkowa	SG- KCZ XIX Położnicza	
2024-10-05 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 200 ml (MLE, GLU, JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Parówki "Basiuni" wieprzowe, wędzone, parzone, homogenizowane w osłonce niejadalnej 50 g (SEL.) Ketchup 30 g (SEL.) Paszтет warzywny marchwiowo-cukiniowy + 50 g (GLU, PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony z cebulką + 60 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 200 ml (MLE, GLU, JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona, parzona 50 g (SOJ.) Paszтет warzywny marchwiowo-cukiniowy + 50 g (GLU, PSZ, JAJ.) Pomidor b/skórki 60 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona, parzona 50 g (SOJ.) Paszтет warzywny marchwiowo-cukiniowy + 50 g (GLU, PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony z cebulką + 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona, parzona 50 g (SOJ.) Paszтет warzywny marchwiowo-cukiniowy + 50 g (GLU, PSZ, JAJ.) Pomidor b/skórki 60 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 200 ml (MLE, GLU, JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona, parzona 50 g (SOJ.) Paszтет warzywny marchwiowo-cukiniowy + 50 g (GLU, PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony z cebulką + 60 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	II ŚN			Chleb Graham 30 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Hummus 30 g (SEŻ.) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek śmietankowy naturalny 30 g (MLE.) Sałata zielona 5 g	Biszkopty b/m 30 g (GLU, PSZ, JAJ, SOJ.)
	Obiad	Zupa krem z dyni + 250 ml (SOJ, SEL.) Grzanki pszenne + 10 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.) Nuggetsy z kurczaka + 100 g (GLU, PSZ.) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Surówka z pora z jabłkiem + 150 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa krem z dyni + 250 ml (SOJ, SEL.) Grzanki pszenne + 10 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Kalafior gotowany + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa krem z dyni + 250 ml (SOJ, SEL.) Grzanki pszenne + 10 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Surówka z pora z jabłkiem + 150 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa krem z dyni + 250 ml (SOJ, SEL.) Grzanki pszenne + 10 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Kalafior gotowany + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa krem z dyni + 250 ml (SOJ, SEL.) Grzanki pszenne + 10 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Surówka z pora z jabłkiem + 150 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD			Jabłko 1 szt 1 szt		
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Ser żółty 50 g (MLE.) Sałata lodowa 35 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Twarożek + 50 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Sałata lodowa 35 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JĘCZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Ser żółty 50 g (MLE.) Sałata lodowa 35 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Twarożek + 50 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Sałata lodowa 35 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Ser żółty 50 g (MLE.) Sałata lodowa 35 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JĘCZ.)
PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Marchew talarki + 80 g		Chleb Graham 30 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 30 g (SOJ.) Sałata zielona 5 g	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Marchew talarki + 80 g		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA STAROGARD GDAŃSKI

	SG- KCZ I Podstawowa	SG- KCZ II Łatwo strawna	SG- KCZ III Cukrzycowa	SG- KCZ IX Bogatobiałkowa	SG- KCZ XIX Położnicza	
2024-10-06 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Sałatka śledziowa z pomidorami suszonymi i żurawiną + 150 g (RYB, MLE, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Sałatka z tuńczyka i warzyw + 150 g (RYB.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Sałatka z tuńczyka i warzyw + 150 g (RYB.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Sałatka z tuńczyka i warzyw + 150 g (RYB.)	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałatka śledziowa z pomidorami suszonymi i żurawiną + 150 g (RYB, MLE, GOR.)
		II ŚN		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 30 g (SOJ.) Kiwi 1 szt 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 30 g (SOJ.) Sałata zielona 5 g	Kiwi 1 szt 1 szt
	Obiad	Zupa fasolowa z kielbasą + 250 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Pulpet wieprzowy + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy + 70 g (MLE, GOR.) Brukselka gotowana + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Semik 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE)	Zupa ryżowa z ziemniakami + 250 g (SOJ, SEL.) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Pulpet wieprzowy + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy dieta + 70 g (MLE, SEL.) Surówka z selera i jabłka b/c + 150 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Semik 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE)	Zupa ryżowa z ziemniakami + 250 g (SOJ, SEL.) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Filet z indyka pieczony w całości, plaster + 100 g Surówka z selera i jabłka b/c + 150 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 250 g (SOJ, SEL.) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Pulpet wieprzowy + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy dieta + 70 g (MLE, SEL.) Surówka z selera i jabłka b/c + 150 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Semik 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE)	Zupa ryżowa z ziemniakami + 250 g (SOJ, SEL.) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Pulpet wieprzowy + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy + 70 g (MLE, GOR.) Brukselka gotowana + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
		PD		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 50 g Szynka w pętelce wp. wędzona, parzona z dod. wody 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 50 g Pomidor b/skórki 60 g Szynka w pętelce wp. wędzona, parzona z dod. wody 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Ser mozzarella 50 g (MLE) Szynka w pętelce wp. wędzona, parzona z dod. wody 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 60 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 50 g Szynka w pętelce wp. wędzona, parzona z dod. wody 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor b/skórki 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 50 g Szynka w pętelce wp. wędzona, parzona z dod. wody 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
		PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Sałata zielona 5 g	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE)	