

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-28 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA STAROGARD GDAŃSKI

	SG- KCZ I Podstawowa	SG- KCZ II Łatwo strawna	SG- KCZ III Cukrzycowa	SG- KCZ IX Bogatobiałkowa	SG- KCZ XIX Położnicza	
2024-11-04 poniedziałek	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>) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pasta z groszku zielonego + 50 g Papryka świeża 60 g Herbata czarna ekspresowa 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>) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pasta jajeczno-brokulowa + 50 g (<u>JAJ.</u>) Mix sałat 35 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pasta z groszku zielonego + 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>) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pasta jajeczno-brokulowa + 50 g (<u>JAJ.</u>) Mix sałat 35 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	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>) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pasta z groszku zielonego + 50 g Papryka świeża 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN		Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</u>) Gruszka 1szt. 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 5 g	Gruszka 1szt. 150 g	
	Obiad	Żurek z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g Sos pietruszkowy + 70 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Kasza jęczmienna + 170 g (<u>GLU JECZ.</u>) Fasolka szparagowa żółta + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 100 g Sos pietruszkowy + 70 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Kasza jęczmienna + 170 g (<u>GLU JECZ.</u>) Fasolka szparagowa żółta + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Żurek z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g Sos pietruszkowy + 70 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Kasza jęczmienna + 170 g (<u>GLU JECZ.</u>) Fasolka szparagowa żółta + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 100 g Sos pietruszkowy + 70 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Kasza jęczmienna + 170 g (<u>GLU JECZ.</u>) Fasolka szparagowa żółta + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Żurek z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g Sos pietruszkowy + 70 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Kasza jęczmienna + 170 g (<u>GLU JECZ.</u>) Fasolka szparagowa żółta + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
	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 Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Serek wiejski ziarnisty 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 60 g Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Serek wiejski ziarnisty 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 60 g Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) 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 Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Serek wiejski ziarnisty 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Serek wiejski ziarnisty 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 60 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 Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Serek wiejski ziarnisty 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE.</u>)
PN	Pieczycwo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Sałata zielona 5 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Pieczycwo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-28 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA STAROGARD GDAŃSKI

	SG- KCZ I Podstawowa	SG- KCZ II Łatwo strawna	SG- KCZ III Cukrzycowa	SG- KCZ IX Bogatobiałkowa	SG- KCZ XIX Położnicza	
2024-11-05 wtorek	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 200 ml (MLE, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Pasta z tuńczykiem i natką pietruszki + 50 g (GLU PSZ, RYB, MLE.) Sałata lodowa z pomidorami i olejem + 60 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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.) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) + 50 g (RYB.) Sałata lodowa z pomidorami i olejem + 60 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Pasta z tuńczykiem i natką pietruszki + 50 g (GLU PSZ, RYB, MLE.) Sałata lodowa z pomidorami i olejem + 60 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) + 50 g (RYB.) Sałata lodowa z pomidorami i olejem + 60 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Pasta z tuńczykiem i natką pietruszki + 50 g (GLU PSZ, RYB, MLE.) Sałata lodowa z pomidorami i olejem + 60 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
		II ŚN		Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Schab Krotoszyński wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 30 g (SOJ, MLE.) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Schab Krotoszyński wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 30 g (SOJ, MLE.) Sałata zielona 5 g	Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Zupa wielowarzywna z zacierką + 250 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Kotlet schabowy panierowany + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Sos własny dieta + 70 g (SOJ.) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z zacierką + 250 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Roladka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos własny dieta + 70 g (SOJ.) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z zacierką + 250 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Roladka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos własny dieta + 70 g (SOJ.) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z zacierką + 250 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Roladka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos własny dieta + 70 g (SOJ.) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z zacierką + 250 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Roladka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos własny dieta + 70 g (SOJ.) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.)		
	Kolacja	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 Paszтет warzywny marchwiowo-cukiniowy + 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Twarożek z kolorową papryką + 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 Paszтет warzywny marchwiowo-cukiniowy + 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Twarożek z natką pietruszki + 50 g (MLE.) Pomidor b/skórki 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paszтет wieprzowy z żurawiną + 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Twarożek z kolorową papryką + 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 Paszтет warzywny marchwiowo-cukiniowy + 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Twarożek z natką pietruszki + 50 g (MLE.) Pomidor b/skórki 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 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 Paszтет wieprzowy z żurawiną + 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Twarożek z kolorową papryką + 50 g (MLE.) Ogórek kiszony 60 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	PN	Banan 1szt. 1 szt	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Sałata zielona 5 g	Banan 1szt. 1 szt		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-28 do dnia 2024-11-10 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	Płatki jęczmienne na mleku 200 ml (MLE, GLU, JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Dip jogurtowy naturalny + 50 g (MLE.) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wierzbowiny, parzona 50 g (SOJ.) Mix sałat 35 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.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Dip jogurtowy naturalny + 50 g (MLE.) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wierzbowiny, parzona 50 g (SOJ.) Mix sałat 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.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Dip jogurtowy naturalny + 50 g (MLE.) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wierzbowiny, parzona 50 g (SOJ.) Mix sałat 35 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.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Dip jogurtowy naturalny + 50 g (MLE.) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wierzbowiny, parzona 50 g (SOJ.) Mix sałat 35 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	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.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Dip jogurtowy naturalny + 50 g (MLE.) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wierzbowiny, parzona 50 g (SOJ.) Mix sałat 35 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN		Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Pomidor 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Pomidor 30 g	Mandarynka 1 szt
Obiad	Zupa grochowa z ziemniakami + 250 g (GLU, PSZ, SOJ, SEL, GOR.) Burger z buraka z serem mozzarella + 160 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Sos brokułowy- dieta + 70 g (MLE.) Ryż brązowy + 170 g Surówka z marchwi i selera + 150 g (MLE, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 250 ml (SOJ, SEL.) Burger z buraka z serem mozzarella (dieta) + 160 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE.) Sos brokułowy- dieta + 70 g (MLE.) Ryż biały + 170 g Surówka z marchwi i selera + 150 g (MLE, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa grochowa z ziemniakami + 250 g (GLU, PSZ, SOJ, SEL, GOR.) Burger z buraka z serem mozzarella + 160 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Sos brokułowy- dieta + 70 g (MLE.) Ryż brązowy + 170 g Surówka z marchwi i selera + 150 g (MLE, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 250 ml (SOJ, SEL.) Burger z buraka z serem mozzarella (dieta) + 160 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE.) Sos brokułowy- dieta + 70 g (MLE.) Ryż biały + 170 g Surówka z marchwi i selera + 150 g (MLE, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa grochowa z ziemniakami + 250 g (GLU, PSZ, SOJ, SEL, GOR.) Burger z buraka z serem mozzarella + 160 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Sos brokułowy- dieta + 70 g (MLE.) Ryż brązowy + 170 g Surówka z marchwi i selera + 150 g (MLE, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD		Mandarynka 1 szt	Biszkopty 30 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, GLU, JĘCZ.)	
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 śmietankowy naturalny 50 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Ogórek świeży 60 g Kawa zbożowa z mlekkiem 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 Serek śmietankowy naturalny 50 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Pomidor b/skórki 60 g Kawa zbożowa z mlekkiem 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 Serek śmietankowy naturalny 50 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Ogórek świeży 60 g Kawa zbożowa z mlekkiem 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 Serek śmietankowy naturalny 50 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Pomidor b/skórki 60 g Kawa zbożowa z mlekkiem 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 Serek śmietankowy naturalny 50 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Ogórek świeży 60 g Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JĘCZ.)
	PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb Graham 30 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.) Sałata zielona 5 g		Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-28 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA STAROGARD GDAŃSKI

		SG- KCZ I Podstawowa	SG- KCZ II Łatwo strawna	SG- KCZ III Cukrzycowa	SG- KCZ IX Bogatobiałkowa	SG- KCZ XIX Położnicza
2024-11-07 czwartek	Śniadanie	Kasza manna 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 wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkami wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Hummus + 50 g (SOJ.) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza manna 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.) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkami wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) 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.) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkami wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Hummus + 50 g (SOJ.) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/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.) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkami wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Pomidor b/skórki 60 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.)	Kasza manna 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.) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkami wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Hummus + 50 g (SOJ.) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek 30 g (MLE.) Ogórek świeży 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek 30 g (MLE.) Sałata zielona 5 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek 30 g (MLE.) Ogórek świeży 30 g
	Obiad	Zupa selerowa z ziemniakami + 250 ml (SOJ, MLE, SEL.) Sos boloński z wieprzowiną + 200 g (SEL.) Makaron świderki + 170 g (GLU PSZ.) Surówka z rzepy, ogórka kiszzonego i rukoli + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 250 ml (SOJ, MLE, SEL.) Sos boloński z kurczaka (dieta) + 200 g (SEL.) Makaron świderki + 170 g (GLU PSZ.) Cukinia gotowana + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 250 ml (SOJ, MLE, SEL.) Sos boloński z wieprzowiną + 200 g (SEL.) Makaron pełnoziarnisty świderki + 170 g (GLU PSZ.) Surówka z rzepy, ogórka kiszzonego i rukoli + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 250 ml (SOJ, MLE, SEL.) Sos boloński z kurczaka (dieta) + 200 g (SEL.) Makaron świderki + 170 g (GLU PSZ.) Cukinia gotowana + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 250 ml (SOJ, MLE, SEL.) Sos boloński z wieprzowiną + 200 g (SEL.) Makaron świderki + 170 g (GLU PSZ.) Surówka z rzepy, ogórka kiszzonego i rukoli + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)	
	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 Serek wiejski ziarnisty 50 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Sałatka wiosenna z dressingiem + 60 g (SOJ.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Serek wiejski ziarnisty 50 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Sałata zielona 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 Serek wiejski ziarnisty 50 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Sałatka wiosenna z dressingiem + 60 g (SOJ.) 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 Serek wiejski ziarnisty 50 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Sałata zielona 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.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek wiejski ziarnisty 50 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Sałatka wiosenna z dressingiem + 60 g (SOJ.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.)		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkami wieprzowiny, parzona 30 g (SOJ.) Sałata zielona 5 g	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.)		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-28 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA STAROGARD GDAŃSKI

	SG- KCZ I Podstawowa	SG- KCZ II Łatwo strawna	SG- KCZ III Cukrzycowa	SG- KCZ IX Bogatobiałkowa	SG- KCZ XIX Położnicza
2024-11-08 piątek					
Śniadanie	<p>Platki owsiane na mleku 200 ml (MLE, GLU OW.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (MLE.)</p> <p>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g (JAJ, MLE.)</p> <p>Porzeczkowy twarożek + 50 g (MLE.)</p> <p>Jabłko 1 szt 1 szt</p> <p>Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.)</p>	<p>Platki owsiane na mleku 200 ml (MLE, GLU OW.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (MLE.)</p> <p>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g (JAJ, MLE.)</p> <p>Porzeczkowy twarożek + 50 g (MLE.)</p> <p>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p> <p>Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.)</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (MLE.)</p> <p>Ser żółty 50 g (MLE.)</p> <p>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g (JAJ, MLE.)</p> <p>Rzodkiew biała 60 g</p> <p>Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.)</p>	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (MLE.)</p> <p>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g (JAJ, MLE.)</p> <p>Porzeczkowy twarożek + 50 g (MLE.)</p> <p>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p> <p>Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.)</p>	<p>Platki owsiane na mleku 200 ml (MLE, GLU OW.)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (MLE.)</p> <p>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g (JAJ, MLE.)</p> <p>Porzeczkowy twarożek + 50 g (MLE.)</p> <p>Jabłko 1 szt 1 szt</p> <p>Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.)</p>
II SN			<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (MLE.)</p> <p>Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g</p> <p>Pomidor 30 g</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (MLE.)</p> <p>Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g</p> <p>Pomidor 30 g</p>	<p>Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)</p>
Obiad	<p>Zupa brokułowa z makaronem + 250 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.)</p> <p>Morszczuk pieczony w posypce paprykowo-ziółowej + 100 g (RYB.)</p> <p>Sos chrzanowy + 70 g (MLE, SOZ, SEL.)</p> <p>Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g</p> <p>Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 150 g</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml</p>	<p>Zupa brokułowa z makaronem + 250 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.)</p> <p>Morszczuk na parze + 100 g (RYB.)</p> <p>Sos koperkowy dieta + 70 g (MLE, SEL.)</p> <p>Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g</p> <p>Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 150 g</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml</p>	<p>Zupa brokułowa z makaronem + 250 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.)</p> <p>Morszczuk na parze + 100 g (RYB.)</p> <p>Sos chrzanowy + 70 g (MLE, SOZ, SEL.)</p> <p>Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g</p> <p>Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 150 g</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml</p>	<p>Zupa brokułowa z makaronem + 250 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.)</p> <p>Morszczuk na parze + 100 g (RYB.)</p> <p>Sos koperkowy dieta + 70 g (MLE, SEL.)</p> <p>Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g</p> <p>Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 150 g</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml</p>	<p>Zupa brokułowa z makaronem + 250 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.)</p> <p>Morszczuk pieczony w posypce paprykowo-ziółowej + 100 g (RYB.)</p> <p>Sos chrzanowy + 70 g (MLE, SOZ, SEL.)</p> <p>Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g</p> <p>Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 150 g</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml</p>
PD			<p>Gruszka 1szt. 150 g</p>	<p>Banan 1szt. 1 szt</p>	<p>Gruszka 1szt. 150 g</p>
Kolacja	<p>Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g</p> <p>Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g</p> <p>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (JAJ, MLE.)</p> <p>Papryka świeża 60 g</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g</p> <p>Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g</p> <p>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (JAJ, MLE.)</p> <p>Salata lodowa 35 g</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g</p> <p>Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g</p> <p>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (JAJ, MLE.)</p> <p>Papryka świeża 60 g</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g</p> <p>Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g</p> <p>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (JAJ, MLE.)</p> <p>Salata lodowa 35 g</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g</p> <p>Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g</p> <p>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (JAJ, MLE.)</p> <p>Papryka świeża 60 g</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)</p>
PN	<p>Marchew talarki + 80 g</p> <p>Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt</p>	<p>Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt</p> <p>Marchew talarki + 80 g</p>	<p>Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g</p> <p>Twaróg półtłusty 30 g (MLE.)</p> <p>Salata zielona 5 g</p>	<p>Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt</p> <p>Marchew talarki + 80 g</p>	<p>Marchew talarki + 80 g</p> <p>Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-28 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA STAROGARD GDAŃSKI

	SG- KCZ I Podstawowa	SG- KCZ II Łatwo strawna	SG- KCZ III Cukrzycowa	SG- KCZ IX Bogatobiałkowa	SG- KCZ XIX Położnicza
2024-11-09 sobota					
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.) Galaretką z udźca kurczaka z cytryną + 150 g Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 20 g (SOJ.) Mix sałat z rzodkiewką i ziarnami słonecznika + 60 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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.) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 20 g (SOJ.) Galaretką z udźca kurczaka z cytryną + 150 g Sałata lodowa z pomidorami i olejem + 60 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 20 g (SOJ.) Galaretką z udźca kurczaka z cytryną + 150 g Mix sałat z rzodkiewką i ziarnami słonecznika + 60 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g (SOJ.) Galaretką z udźca kurczaka z cytryną + 150 g Sałata lodowa z pomidorami i olejem + 60 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	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 z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 20 g (SOJ.) Galaretką z udźca kurczaka z cytryną + 150 g Mix sałat z rzodkiewką i ziarnami słonecznika + 60 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml
II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 30 g (MLE.) Papryka świeża 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka w петельce wp. wędzona, parzona z dod. wody 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 5 g	Sok marchwiowy 200 ml
Obiad	Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 250 ml (SOJ, MLE, SEL.) Potrawka z kurczaka + 200 g (GLU PSZ, SEL.) Ryż biały + 170 g Brukselka gotowana + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g (SOJ, MLE, SEL.) Potrawka z kurczaka + 200 g (GLU PSZ, SEL.) Ryż biały + 170 g Bukiet warzyw gotowanych + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 250 ml (SOJ, MLE, SEL.) Potrawka z kurczaka + 200 g (GLU PSZ, SEL.) Ryż brązowy + 170 g Brukselka gotowana + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g (SOJ, MLE, SEL.) Potrawka z kurczaka + 200 g (GLU PSZ, SEL.) Ryż biały + 170 g Bukiet warzyw gotowanych + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 250 ml (SOJ, MLE, SEL.) Potrawka z kurczaka + 200 g (GLU PSZ, SEL.) Ryż biały + 170 g Brukselka gotowana + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
PD			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml
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 Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 50 g (MLE, GOR, S02.) Salami kielbasa wieprzowo-wołowa drobno rozdrobniona surowo wędzona, dojrzewająca, wędzona. 50 g (SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/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 Pasta z twarogu z natką pietruszki + 50 g (MLE.) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkami wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 50 g (MLE, GOR, S02.) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkami wody wędzona parzona 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 Pasta z twarogu z natką pietruszki + 50 g (MLE.) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkami wody wędzona parzona 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 Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkami wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 50 g (MLE, GOR, S02.) Pomidor 60 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
PN	Przecier owocowy jabłko-morela 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 owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-28 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA STAROGARD GDAŃSKI

	SG- KCZ I Podstawowa	SG- KCZ II Łatwo strawna	SG- KCZ III Cukrzycowa	SG- KCZ IX Bogatobiałkowa	SG- KCZ XIX Położnicza	
2024-11-10 niedziela	Śniadanie	Platki 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,) Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ,) Pasta z makreli wędzonej + 50 g (JAJ, RYB, GOR,) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Platki 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,) Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ,) Paprykarz z morskczuka dieta + 50 g (RYB, SOJ, SEL,) Salata zielona 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,) Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ,) Pasta z makreli wędzonej + 50 g (JAJ, RYB, GOR,) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ,) Paprykarz z morskczuka dieta + 50 g (RYB, SOJ, SEL,) Salata zielona 35 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Platki pszenne na mleku 300 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,) Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ,) Pasta z makreli wędzonej + 50 g (JAJ, RYB, GOR,) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		II ŚN		Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Schab Krotoszyński wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 30 g (SOJ, MLE,) Salata lodowa 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Schab Krotoszyński wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 30 g (SOJ, MLE,) Salata lodowa 5 g	Jabłko 1 szt 1 szt
2024-11-10 niedziela	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem + 250 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,) Klopsik z kurczaka + 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos cygański + 70 g Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Kalafor gotowany + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,)	Zupa pomidorowa z makaronem + 250 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,) Klopsik z kurczaka + 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy dieta + 70 g (MLE,) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Kalafor gotowany + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,)	Zupa pomidorowa z makaronem + 250 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,) Klopsik z kurczaka + 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos cygański + 70 g Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Kalafor gotowany + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,)	Zupa pomidorowa z makaronem + 250 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,) Klopsik z kurczaka + 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy dieta + 70 g (MLE,) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Kalafor gotowany + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,)	Zupa pomidorowa z makaronem + 250 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,) Klopsik z kurczaka + 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos cygański + 70 g Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z ogórkiem kiszonym i chilli + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
		PD			Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)	
2024-11-10 niedziela	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 Szynka w pętelce wp. wędzona, parzona z dod. wody 20 g (GLU PSZ, SOJ,) Jajecznicza z koperkiem KL M 80 g (JAJ, MLE,) Papryka świeża 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 Szynka w pętelce wp. wędzona, parzona z dod. wody 20 g (GLU PSZ, SOJ,) Jajecznicza z koperkiem KL M 80 g (JAJ, MLE,) Pasta warzywna z cukini i marchewki + 60 g (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 Szynka w pętelce wp. wędzona, parzona z dod. wody 20 g (GLU PSZ, SOJ,) Jajecznicza z koperkiem KL M 80 g (JAJ, MLE,) Papryka świeża 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 Szynka w pętelce wp. wędzona, parzona z dod. wody 20 g (GLU PSZ, SOJ,) Jajecznicza z koperkiem KL M 80 g (JAJ, MLE,) Pasta warzywna z cukini i marchewki + 60 g (SOJ,) 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 Szynka w pętelce wp. wędzona, parzona z dod. wody 20 g (GLU PSZ, SOJ,) Jajecznicza z koperkiem KL M 80 g (JAJ, MLE,) Papryka świeża 60 g Kawa zbożowa z mlekiem b/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 Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Salata zielona 5 g		Biszkopty b/m 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ,)

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],

Białko ogółem - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,

Tłuszcz - Tłuszcz,

Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,

Sól - Sól,

K - Potas,

Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,

Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,

- % energii z białka,

Ener. z T - % energii z tłuszczu,

- % energii z węglowodanów,

Ener. z Bł. - % energii z błonnika,

W tym cukry - w tym cukry,

WW - WW,