

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA STAROGARD GDAŃSKI

	SG- KCZ I Podstawowa	SG- KCZ II Łatwo strawna	SG- KCZ III Cukrzycowa	SG- KCZ IX Bogatobiałkowa	SG- KCZ XIX Położnicza	
2024-11-18 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 Sopocka 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 Sopocka 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 Sopocka 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 Sopocka 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 Sopocka 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>) Sałata zielona 5 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	Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ,</u>)	
	Obiad	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Gulasz z ciecierzycą, pieczarkami, papryką i cukinią + 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ryż biały + 170 g Fasolka szparagowa żółta + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Roladka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Sos pietruszkowy + 70 g (<u>SOJ, MLE,</u>) Ryż biały + 170 g Fasolka szparagowa żółta + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Gulasz z ciecierzycą, pieczarkami, papryką i cukinią + 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ryż brązowy + 170 g Fasolka szparagowa żółta + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Roladka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Sos pietruszkowy + 70 g (<u>SOJ, MLE,</u>) Ryż biały + 170 g Fasolka szparagowa żółta + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Gulasz z ciecierzycą, pieczarkami, papryką i cukinią + 225 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ryż biały + 170 g 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	Pieczywo 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 dodatkami 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	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA STAROGARD GDAŃSKI

	SG- KCZ I Podstawowa	SG- KCZ II Łatwo strawna	SG- KCZ III Cukrzycowa	SG- KCZ IX Bogatobiałkowa	SG- KCZ XIX Położnicza	
2024-11-19 wtorek	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.) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wleprzowych 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 wleprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Pasta z miruny gotowanej z warzywami + 50 g (RYB, SEL.) 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 wleprzowych 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-pszenny 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 wleprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Pasta z miruny gotowanej z warzywami + 50 g (RYB, SEL.) 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-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wleprzowych 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 krem z pomidorów + 250 ml (SOJ, SEL.) Ser mozzarella 10 g (MLE.) Kotlet wieprzowy mielony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa krem z pomidorów + 250 ml (SOJ, SEL.) Ser mozzarella 10 g (MLE.) Pulpet wieprzowy + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny dieta + 70 g (SOJ.) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa krem z pomidorów + 250 ml (SOJ, SEL.) Ser mozzarella 10 g (MLE.) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Pulpet wieprzowy + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny dieta + 70 g (SOJ.) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa krem z pomidorów + 250 ml (SOJ, SEL.) Ser mozzarella 10 g (MLE.) Pulpet wieprzowy + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny dieta + 70 g (SOJ.) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa krem z pomidorów + 250 ml (SOJ, SEL.) Ser mozzarella 10 g (MLE.) Pulpet wieprzowy + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny dieta + 70 g (SOJ.) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (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 Paszтет wieprzowy z żurawiną + 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Twarożek z natką pietruszki + 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-pszenny 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 natką pietruszki + 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-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 Paszтет wieprzowy z żurawiną + 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Twarożek z natką pietruszki + 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 2024-11-11 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA STAROGARD GDAŃSKI

	SG- KCZ I Podstawowa	SG- KCZ II Łatwo strawna	SG- KCZ III Cukrzycowa	SG- KCZ IX Bogatobiałkowa	SG- KCZ XIX Położnicza	
2024-11-20 środa	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 200 ml (MLE, GLU, JECZ.) 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, JECZ.) 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, JECZ.) 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.) Serek śmietankowy naturalny 30 g (MLE.) Pomidor 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek śmietankowy naturalny 30 g (MLE.) Pomidor 30 g	Gruszka 1szt. 150 g
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej + 250 g (GLU, PSZ, SOJ, SEL.) Filet z kurczaka jogurtowo-cytrynowy + 100 g (MLE.) Kasza jęczmienna + 170 g (GLU, JECZ.) Szpinak baby z dressingiem + 60 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z zacierką + 250 ml (GLU, PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 100 g Sos pomidorowy + 70 g Kasza jęczmienna + 170 g (GLU, JECZ.) Szpinak baby z dressingiem + 60 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej + 250 g (GLU, PSZ, SOJ, SEL.) Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 100 g Sos pomidorowy + 70 g Kasza jęczmienna + 170 g (GLU, JECZ.) Szpinak baby z dressingiem + 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z zacierką + 250 ml (GLU, PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 100 g Sos pomidorowy + 70 g Kasza jęczmienna + 170 g (GLU, JECZ.) Szpinak baby z dressingiem + 60 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej + 250 g (GLU, PSZ, SOJ, SEL.) Filet z kurczaka jogurtowo-cytrynowy + 100 g (MLE.) Kasza jęczmienna + 170 g (GLU, JECZ.) Szpinak baby z dressingiem + 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD		Gruszka 1szt. 150 g	Biszkopty b/m 30 g (GLU, PSZ, JAJ, SOJ.)		
	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 Ser żółty 50 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Papryka świeża 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	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 Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Pomidor b/skórki 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Ser żółty 50 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Papryka świeża 60 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	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 Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Pomidor b/skórki 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	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 Ser żółty 50 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Papryka świeża 60 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)
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 2024-11-11 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA STAROGARD GDAŃSKI

	SG- KCZ I Podstawowa	SG- KCZ II Łatwo strawna	SG- KCZ III Cukrzycowa	SG- KCZ IX Bogatobiałkowa	SG- KCZ XIX Położnicza	
2024-11-21 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 dodatkim 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 dodatkim 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 dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Hummus + 50 g (SOJ.) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna 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.) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim 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 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 dodatkim 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 szpinakowa z ziemniakami + 250 ml (SOJ, SEL.) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Surówka z rzepy, ogórka kiszzonego i rukoli + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 250 ml (SOJ, SEL.) 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 szpinakowa z ziemniakami + 250 ml (SOJ, SEL.) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Surówka z rzepy, ogórka kiszzonego i rukoli + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 250 ml (SOJ, SEL.) 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 szpinakowa z ziemniakami + 250 ml (SOJ, SEL.) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g 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 ostonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Sałatka z pieczonej marchwi + 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.) 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 ostonce 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 ostonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Sałata zielona 35 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 Serek wiejski ziarnisty 50 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw ostonce 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 ostonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Sałata z pieczonej marchwi + 60 g 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 dodatkiem 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 2024-11-11 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA STAROGARD GDAŃSKI

	SG- KCZ I Podstawowa	SG- KCZ II Łatwo strawna	SG- KCZ III Cukrzycowa	SG- KCZ IX Bogatobiałkowa	SG- KCZ XIX Położnicza	
2024-11-22 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Porzeczkowy twarożek + 50 g (<u>MLE.</u>) Mandarynka 1 szt Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE.</u>)	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>) Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Porzeczkowy twarożek + 50 g (<u>MLE.</u>) Mandarynka 1 szt Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Mandarynka 1 szt Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>)	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>) Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Porzeczkowy twarożek + 50 g (<u>MLE.</u>) Mandarynka 1 szt Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE.</u>)	Płatki pszenne na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Porzeczkowy twarożek + 50 g (<u>MLE.</u>) Mandarynka 1 szt Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE.</u>)
	II ŚN		Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Pomidor 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Pomidor 30 g	Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)	
	Obiad	Zupa ryżowa z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Morszczuk na parze + 100 g (<u>RYB.</u>) Sos chrzanowy + 70 g (<u>MLE, SO2.</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Surówka z czerwonej kapusty b/c + 150 g (<u>MLE, SO2.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Morszczuk na parze + 100 g (<u>RYB.</u>) Sos koperkowy dieta + 70 g (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Surówka z czerwonej kapusty b/c + 150 g (<u>MLE, SO2.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Morszczuk na parze + 100 g (<u>RYB.</u>) Sos chrzanowy + 70 g (<u>MLE, SO2.</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Surówka z czerwonej kapusty b/c + 150 g (<u>MLE, SO2.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Morszczuk na parze + 100 g (<u>RYB.</u>) Sos koperkowy dieta + 70 g (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Surówka z czerwonej kapusty b/c + 150 g (<u>MLE, SO2.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Morszczuk na parze + 100 g (<u>RYB.</u>) Sos chrzanowy + 70 g (<u>MLE, SO2.</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Surówka z czerwonej kapusty b/c + 150 g (<u>MLE, SO2.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD		Gruszka 1szt. 150 g	Banan 1szt. 1 szt	Gruszka 1szt. 150 g	
	Kolacja	Chleb razowy 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 Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Papryka świeża 60 g 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 Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor b/skórki 60 g 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 Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Papryka świeża 60 g 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 Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor b/skórki 60 g 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 Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Papryka świeża 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
PN	Marchew talarki + 80 g Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Marchew talarki + 80 g	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Marchew talarki + 80 g	Marchew talarki + 80 g Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA STAROGARD GDAŃSKI

	SG- KCZ I Podstawowa	SG- KCZ II Łatwo strawna	SG- KCZ III Cukrzycowa	SG- KCZ IX Bogatobiałkowa	SG- KCZ XIX Położnicza	
2024-11-23 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 Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 20 g (SOJ.) Mix sałat z sosem winegret b/c + 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.) Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 20 g (SOJ.) Galaretką drobiowa z udźca z cytryną dieta + 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.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 20 g (SOJ.) Galaretką z udźca kurczaka z cytryną + 150 g Mix sałat z sosem winegret b/c + 60 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	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.) Poledwica 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.) Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 20 g (SOJ.) Galaretką z udźca kurczaka z cytryną + 150 g Mix sałat z sosem winegret b/c + 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 fasolowa z kielbasą + 250 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.) Kociolek z kurczaka meksykański + 200 g (MLE.) Kasza jęczmienna + 170 g (GLU JECZ.) Sałata z selera naciowego i kopru włoskiego z jabłkiem- dieta + 150 g (MLE, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa fasolowa z kielbasą + 250 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.) Potrawka z kurczaka + 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna + 170 g (GLU PSZ, SEL.) Sałata z selera naciowego i kopru włoskiego z jabłkiem- dieta + 150 g (MLE, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa krem z selera + 250 ml (SOJ, MLE, SEL.) Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.) Potrawka z kurczaka + 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna + 170 g (GLU PSZ, SEL.) Sałata z selera naciowego i kopru włoskiego z jabłkiem- dieta + 150 g (MLE, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa fasolowa z kielbasą + 250 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.) Kociolek z kurczaka meksykański + 200 g (MLE.) Kasza jęczmienna + 170 g (GLU JECZ.) Sałata z selera naciowego i kopru włoskiego z jabłkiem- dieta + 150 g (MLE, SEL.) 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, SOJ.) 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 JECZ.)	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.) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	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, SOJ.) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 60 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	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.) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem 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 JECZ.)	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 Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 50 g (MLE, GOR, SOJ.) Pomidor 60 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)
	PN	Przecier owocowy jablko-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, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Sałata zielona 5 g	Przecier owocowy jablko-morela 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-24 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>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>) Pasta z makreli wędzonej + 50 g (<u>JAJ, RYB, GOR,</u>) Ogórek kiszony 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 Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>) Paprykarz z dorsza + 50 g (<u>RYB, SOJ, SEL,</u>) Salata zielona 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 Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>) Pasta z makreli wędzonej + 50 g (<u>JAJ, RYB, GOR,</u>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	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>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>) Paprykarz z dorsza + 50 g (<u>RYB, SOJ, SEL,</u>) Salata zielona 35 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Zacierka na mleku 300 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>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>) Pasta z makreli wędzonej + 50 g (<u>JAJ, RYB, GOR,</u>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
II ŚN			Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Schab Krotoszyński wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 30 g (<u>SOJ, MLE,</u>) Salata lodowa 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Schab Krotoszyński wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 30 g (<u>SOJ, MLE,</u>) Salata lodowa 5 g	Jabłko 1 szt 1 szt
Obiad	Zupa krem z zielonych warzyw + 250 ml (<u>SOJ, SEL,</u>) Szynka wieprzowa pieczona w plastry + 100 g Sos jarzynowy dieta + 70 g (<u>MLE,</u>) Kluski śląskie + 200 g (<u>JAJ,</u>) Buraki po francusku + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,</u>)	Zupa krem z zielonych warzyw + 250 ml (<u>SOJ, SEL,</u>) Kluski śląskie + 200 g (<u>JAJ,</u>) Szynka wieprzowa pieczona w plastry + 100 g Sos jarzynowy dieta + 70 g (<u>MLE,</u>) Buraki tarte na ciepło + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,</u>)	Zupa krem z zielonych warzyw + 250 ml (<u>SOJ, SEL,</u>) Kluski śląskie + 200 g (<u>JAJ,</u>) Szynka wieprzowa pieczona w plastry + 100 g Sos jarzynowy dieta + 70 g (<u>MLE,</u>) Buraki po francusku + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa krem z zielonych warzyw + 250 ml (<u>SOJ, SEL,</u>) Kluski śląskie + 200 g (<u>JAJ,</u>) Szynka wieprzowa pieczona w plastry + 100 g Sos jarzynowy dieta + 70 g (<u>MLE,</u>) Buraki tarte na ciepło + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,</u>)	Zupa krem z zielonych warzyw + 250 ml (<u>SOJ, SEL,</u>) Szynka wieprzowa pieczona w plastry + 100 g Sos jarzynowy dieta + 70 g (<u>MLE,</u>) Kluski śląskie + 200 g (<u>JAJ,</u>) Buraki po francusku + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
PD				Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</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 Szynka w pętelce wp. wędzona, parzona z dod. wody 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Jajecznica z koperkiem KL M 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Papryka świeża 60 g 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 Szynka w pętelce wp. wędzona, parzona z dod. wody 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Jajecznica z koperkiem KL M 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pasta warzywna + 60 g (<u>SEL,</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 Szynka w pętelce wp. wędzona, parzona z dod. wody 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Jajecznica z koperkiem KL M 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Papryka świeża 60 g 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 Szynka w pętelce wp. wędzona, parzona z dod. wody 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Jajecznica z koperkiem KL M 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pasta warzywna + 60 g (<u>SEL,</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 Szynka w pętelce wp. wędzona, parzona z dod. wody 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Jajecznica z koperkiem KL M 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Papryka świeża 60 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)
PN	Biszkopty b/m 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ,</u>)		Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) 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 (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ,</u>)	

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeniczny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
SO2 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JE CZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

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