

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-15 KUCHNIA STAROGARD GDAŃSKI

	SG- KCZ I Podstawowa	SG- KCZ II Łatwo strawna	SG- KCZ III Cukrzycowa	SG- KCZ V Wątrobowo-żółdkowa	SG- KCZ IX Bogatobiałkowa	SG- KCZ XIV Bezmleczna	SG- KCZ XVIII Dziecięca 7-18 lat	SG- KCZ XIX Położnicza	
2026-02-02, poniedziałek	<b>Śniadanie</b>	Kasza manna na mleku 200 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Mandarynka 1 szt	Kasza manna na mleku 200 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ) Ser mozzarella 50 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Pomidor b/skórki 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z fasoli 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Pomidor 120 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mandarynka 1 szt	Kasza manna na mleku 200 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 50 g Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE,</b> ) Pomidor b/skórki 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ) Ser mozzarella 50 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Pomidor b/skórki 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Mandarynka 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Dżem 50 g Pomidor b/skórki 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Mandarynka 1 szt	Kasza manna na mleku 200 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Pomidor 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Ser mozzarella 50 g ( <b>MLE,</b> ) Mandarynka 1 szt	Kasza manna na mleku 200 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z fasoli 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Pomidor 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Mandarynka 1 szt
	<b>II ŚN</b>		Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE,</b> ) Serek homo. naturalny 30 g ( <b>MLE,</b> ) Salata zielona 5 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE,</b> ) Serek homo. naturalny 30 g ( <b>MLE,</b> ) Salata zielona 5 g		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	
	<b>Obiad</b>	Jarzynowa z ziemniakami * 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Makaron 170 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE,</b> ) Jabłka prażone b/c 70 g Surówka z marchwi 150 g ( <b>MLE,</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Makaron pełnoziarnisty 170 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos koperkowy * 70 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Surówka z marchwi 150 g ( <b>MLE,</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Makaron 170 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE,</b> ) Jabłka prażone b/c 70 g Dynamy z wody 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Makaron 170 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE,</b> ) Jabłka prażone b/c 70 g Surówka z marchwi 150 g ( <b>MLE,</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 250 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Makaron 170 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos koperkowy *(bez glutenu, bez mleka) 70 ml Surówka z marchwi i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Makaron 170 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE,</b> ) Jabłka prażone b/c 70 g Surówka z marchwi 150 g ( <b>MLE,</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Makaron 170 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE,</b> ) Jabłka prażone b/c 70 g Surówka z marchwi 150 g ( <b>MLE,</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Makaron 170 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE,</b> ) Jabłka prażone b/c 70 g Surówka z marchwi 150 g ( <b>MLE,</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	<b>PD</b>			Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt
	<b>Kolacja</b>	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobiony parzony w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR,</b> ) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL,</b> ) Ogórek kiszony 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobiony parzony w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR,</b> ) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL,</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 120 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobiony parzony w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR,</b> ) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL,</b> ) Ogórek kiszony 120 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobiony parzony w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR,</b> ) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL,</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 120 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobiony parzony w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR,</b> ) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL,</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 120 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL,</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 120 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobiony parzony w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR,</b> ) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL,</b> ) Ogórek kiszony 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobiony parzony w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR,</b> ) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL,</b> ) Ogórek kiszony 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )
<b>PN</b>			Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Ser żółty 30 g ( <b>MLE,</b> ) Salata zielona 5 g						

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-15 KUCHNIA STAROGARD GDAŃSKI

	SG- KCZ I Podstawowa	SG- KCZ II Łatwo strawna	SG- KCZ III Cukrzycowa	SG- KCZ V Wątrobowo-żółdkowa	SG- KCZ IX Bogatobiałkowa	SG- KCZ XIV Bezmleczna	SG- KCZ XVIII Dziecięca 7-18 lat	SG- KCZ XIX Położnicza		
2026-02-03 wtorek	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 200 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek z koperkiem 50 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec 50 g ( <b>SEL.</b> ) Ogórek kiszony 120 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Platki owsiane na mleku 200 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek z koperkiem 50 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec 50 g ( <b>SEL.</b> ) Pasta marchewkowo-pomidorowa 120 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec 50 g ( <b>SEL.</b> ) Twarożek z koperkiem 50 g ( <b>MLE.</b> ) Ogórek kiszony 120 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Platki owsiane na mleku 200 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80%tł 10 g Twarożek z koperkiem 50 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec 50 g ( <b>SEL.</b> ) Pasta marchewkowo-pomidorowa 120 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec 50 g ( <b>SEL.</b> ) Twarożek z koperkiem 50 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta marchewkowo-pomidorowa 120 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80%tł 10 g Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec 50 g ( <b>SEL.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta marchewkowo-pomidorowa 120 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Platki owsiane na mleku 200 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek z koperkiem 50 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec 50 g ( <b>SEL.</b> ) Ogórek kiszony 120 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Platki owsiane na mleku 200 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec 50 g ( <b>SEL.</b> ) Ogórek kiszony 120 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	
		II SN								
					Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Salata zielona 5 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Salata zielona 5 g		Chrupki kukurydziane 30 g	
2026-02-03 wtorek	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos pomidorowy 70 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 170 g ( <b>GLU JEJCZ.</b> ) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos pomidorowy 70 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 170 g ( <b>GLU JEJCZ.</b> ) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos pomidorowy 70 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 170 g ( <b>GLU JEJCZ.</b> ) Marchew gotowana (bez oleju) 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos pomidorowy 70 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 170 g ( <b>GLU JEJCZ.</b> ) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) 250 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos pomidorowy 70 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 170 g ( <b>GLU JEJCZ.</b> ) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 170 g ( <b>GLU JEJCZ.</b> ) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos pomidorowy 70 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 170 g ( <b>GLU JEJCZ.</b> ) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos pomidorowy 70 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 170 g ( <b>GLU JEJCZ.</b> ) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		
		PD								
					Kefir 2% tł 150 ml ( <b>MLE.</b> )		Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )		Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )
2026-02-03 wtorek	Kolejca	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80%tł 10 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 120 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80%tł 10 g Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Pomidor 120 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80%tł 10 g Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Pomidor 120 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80%tł 10 g Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Pomidor b/skórki 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80%tł 10 g Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Pomidor b/skórki 120 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80%tł 10 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Dżem 50 g Pomidor b/skórki 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80%tł 10 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 120 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80%tł 10 g Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Pomidor 120 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	
		PN								
					Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80%tł 5 g Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g ( <b>SOJ, MLE, SEL. może zawierać: JAJ, GOR.</b> ) Salata zielona 5 g					

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-15 KUCHNIA STAROGARD GDAŃSKI

	SG- KCZ I Podstawowa	SG- KCZ II Łatwo strawna	SG- KCZ III Cukrzycowa	SG- KCZ V Wątrobowo-żółdkowa	SG- KCZ IX Bogatobiałkowa	SG- KCZ XIV Bezmleczna	SG- KCZ XVIII Dziecięca 7-18 lat	SG- KCZ XIX Położnicza	
2026-02-04 środa	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> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Salatka jarzynowa z jajkiem dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE, SEL,</u> ) Pasta warzywna* 120 g ( <u>SEL,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Płatki pszenne na mleku 200 ml ( <u>GLU PSZ, 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> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Salatka jarzynowa z jajkiem dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE, SEL,</u> ) Pasta warzywna* 120 g ( <u>SEL,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Salatka jarzynowa z jajkiem dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE, SEL,</u> ) Pasta warzywna* 120 g ( <u>SEL,</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Płatki pszenne na mleku 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE,</u> ) Dżem 30 g Pasta warzywna* 120 g ( <u>SEL,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, 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> ) Salatka jarzynowa z jajkiem dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE, SEL,</u> ) Pasta warzywna* 120 g ( <u>SEL,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ,</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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Dżem 30 g Pasta warzywna* 120 g ( <u>SEL,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	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> ) Salatka jarzynowa z jajkiem dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE, SEL,</u> ) Pasta warzywna* 120 g ( <u>SEL,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ,</u> )	Płatki pszenne na mleku 200 ml ( <u>GLU PSZ, 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> ) Salatka jarzynowa z jajkiem dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE, SEL,</u> ) Pasta warzywna* 120 g ( <u>SEL,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ,</u> )
	II SN			Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ) Serek homo. naturalny 30 g ( <u>MLE,</u> ) Salata lodowa 5 g		Kefir 2% tł 150 ml ( <u>MLE,</u> )		Kefir 2% tł 150 ml ( <u>MLE,</u> )	
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Gulasz wieprzowy- dieta 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Ryż na sypko (brązowy) 170 g Surówka z selera i jabłka b/c 150 g ( <u>MLE, SEL,</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Ryż na sypko 170 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Surówka z selera i jabłka b/c 150 g ( <u>MLE, SEL,</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Ryż na sypko (brązowy) 170 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Surówka z selera i jabłka b/c 150 g ( <u>MLE, SEL,</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Ryż na sypko 170 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Dyńia z wody 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Ryż na sypko 170 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Surówka z selera i jabłka b/c 150 g ( <u>MLE, SEL,</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Ryż na sypko 170 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Surówka z selera i jabłka z olejem 150 g ( <u>SEL,</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Ryż na sypko 170 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Surówka z selera i jabłka b/c 150 g ( <u>MLE, SEL,</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	
	PD			Mandarynka 1 szt		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml ( <u>MLE,</u> )		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml ( <u>MLE,</u> )	Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml ( <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 szkolna- wp. parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u> ) Pasta z ryby gotowanej (mintaj) z warzywami* 50 g ( <u>RYB, SEL,</u> ) Pomidor 120 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 szkolna- wp. parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u> ) Pasta z ryby gotowanej (mintaj) z warzywami* 50 g ( <u>RYB, SEL,</u> ) Pomidor b/skórki 120 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 Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u> ) Pasta z ryby gotowanej (mintaj) z warzywami* 50 g ( <u>RYB, SEL,</u> ) Pomidor 120 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u> ) Pasta z ryby gotowanej (mintaj) z warzywami* 50 g ( <u>RYB, SEL,</u> ) Pomidor b/skórki 120 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 szkolna- wp. parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u> ) Pasta z ryby gotowanej (mintaj) z warzywami* 50 g ( <u>RYB, SEL,</u> ) Pomidor b/skórki 120 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 Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z ryby gotowanej (mintaj) z warzywami* 50 g ( <u>RYB, SEL,</u> ) Pomidor b/skórki 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	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 szkolna- wp. parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u> ) Pasta z ryby gotowanej (mintaj) z warzywami* 50 g ( <u>RYB, SEL,</u> ) Pomidor 120 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 Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u> ) Pasta z ryby gotowanej (mintaj) z warzywami* 50 g ( <u>RYB, SEL,</u> ) Pomidor 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> )	
PN			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						

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-15 KUCHNIA STAROGARD GDAŃSKI

	SG- KCZ I Podstawowa	SG- KCZ II Łatwo strawna	SG- KCZ III Cukrzycowa	SG- KCZ V Wątrobowo-żółdkowa	SG- KCZ IX Bogatobiałkowa	SG- KCZ XIV Bezmleczna	SG- KCZ XVIII Dziecięca 7-18 lat	SG- KCZ XIX Położnicza
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Ogórek kiszony 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Seler z pietruszką gotowany z olejem ( ) 120 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Ogórek kiszony 120 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml ( <b>MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Seler z pietruszką gotowany (bez oleju) 120 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Seler z pietruszką gotowany z olejem ( ) 120 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Seler z pietruszką gotowany z olejem ( ) 120 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Ogórek kiszony 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Ogórek kiszony 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt
	II ŚN			Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Serek śmietankowy naturalny 30 g ( <b>MLE</b> ) Salata lodowa 5 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Serek śmietankowy naturalny 30 g ( <b>MLE</b> ) Salata lodowa 5 g		Biskopki 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JEĆCZ</b> )
2026-02-05 czwartek	Obiad	Pomidorowa z ryżem 250 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos koperkowy * 70 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Kalafor gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem 250 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kalafor gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos koperkowy * 70 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )	Pomidorowa z ryżem 250 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kalafor gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Sos koperkowy * 70 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )	Pomidorowa z ryżem 250 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kalafor gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos koperkowy * 70 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )	Pomidorowa z ryżem (bez mleka) 250 ml ( <b>SEL</b> ) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kalafor gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos koperkowy (bez mleka) 70 ml ( <b>GLU PSZ</b> )	Pomidorowa z ryżem 250 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kalafor gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos koperkowy * 70 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )	
		PD		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 ml ( <b>MLE</b> )		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 ml ( <b>MLE</b> )		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 ml ( <b>MLE</b> )
Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Twarożek 50 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Marchew gotowana z olejem 120 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Twarożek 50 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Marchew gotowana z olejem 120 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Twarożek 50 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Marchew gotowana (bez oleju) 120 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Twarożek 50 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Marchew gotowana (bez oleju) 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Twarożek 50 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Marchew gotowana z olejem 120 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 50 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Marchew gotowana z olejem 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Twarożek 50 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Marchew gotowana z olejem 120 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Twarożek 50 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Marchew gotowana z olejem 120 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE</b> )
	PN		Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Hummus 30 g ( <b>SEZ</b> ) Salata zielona 5 g					

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-15 KUCHNIA STAROGARD GDAŃSKI

	SG- KCZ I Podstawowa	SG- KCZ II Łatwo strawna	SG- KCZ III Cukrzycowa	SG- KCZ V Wątrobowo-żółdkowa	SG- KCZ IX Bogatobiałkowa	SG- KCZ XIV Bezmleczna	SG- KCZ XVIII Dziecięca 7-18 lat	SG- KCZ XIX Położnicza	
2026-02-06 piątek	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 200 ml ( <u>MLE, GLU, JECZ.</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> ) Miód (25g) 2 szt Pasta z twarogu waniliowa 50 g ( <u>MLE</u> ) Dyńia duszona z olejem* 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Pomarańcza 1 szt. 1 szt	Platki jęczmienne na mleku 200 ml ( <u>MLE, GLU, JECZ.</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> ) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Dyńia duszona z olejem* 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Pasta z twarogu waniliowa 50 g ( <u>MLE</u> ) Dyńia duszona z olejem* 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> ) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Dyńia duszona z olejem* 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Pomarańcza 1 szt. 1 szt	Platki jęczmienne na mleku 200 ml ( <u>MLE, GLU, JECZ.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Pasta z twarogu waniliowa 50 g ( <u>MLE</u> ) Dyńia z wody 120 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU, JECZ.</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> ) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Pasta z twarogu waniliowa 50 g ( <u>MLE</u> ) Dyńia duszona z olejem* 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Pomarańcza 1 szt. 1 szt	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 Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Miód (25g) 2 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Dyńia duszona z olejem* 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Pomarańcza 1 szt. 1 szt	Platki jęczmienne na mleku 200 ml ( <u>MLE, GLU, JECZ.</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> ) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Dyńia duszona z olejem* 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Pomarańcza 1 szt. 1 szt	Platki jęczmienne na mleku 200 ml ( <u>MLE, GLU, JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Dyńia duszona z olejem* 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Pomarańcza 1 szt. 1 szt
		II ŚN		Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Salata zielona 5 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Salata zielona 5 g		Galaretka o smaku truskawkowym 200 g	
Obiad	Brokułowa z makaronem 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba smażona (Mintaj) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Warzywa po grecku 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z makaronem 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Mintaj) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Warzywa po grecku 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z makaronem 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Mintaj) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Warzywa po grecku 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z makaronem 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Pulpet rybny (Mintaj) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Warzywa po grecku 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z makaronem 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Mintaj) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Warzywa po grecku 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z makaronem (bez mleka) 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Mintaj) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Warzywa po grecku 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z makaronem 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Mintaj) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Warzywa po grecku 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		
	PD		Kefir 2% tł 150 ml ( <u>MLE</u> )		Kefir 2% tł 150 ml ( <u>MLE</u> )		Kefir 2% tł 150 ml ( <u>MLE</u> )		
Kolejka	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 Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u> ) Pomidor 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</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 Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u> ) Pomidor b/skórki 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u> ) Pomidor 120 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u> ) Pasta z białek z koperkiem 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Pomidor b/skórki 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</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 Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Pomidor b/skórki 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</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 Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Pomidor b/skórki 120 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	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 Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u> ) Pomidor 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</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 Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	
	PN		Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Pasta z fasoli 30 g Salata zielona 5 g						

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-15 KUCHNIA STAROGARD GDAŃSKI

	SG- KCZ I Podstawowa	SG- KCZ II Łatwo strawna	SG- KCZ III Cukrzycowa	SG- KCZ V Wątrobowo-żółdkowa	SG- KCZ IX Bogatobiałkowa	SG- KCZ XIV Bezmleczna	SG- KCZ XVIII Dziecięca 7-18 lat	SG- KCZ XIX Położnicza	
2026-02-07 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 200 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Ser mozzarella 50 g ( <b>MLE</b> ) Pasztet z soczewicy* 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Ogórek kiszony 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Ryż na mleku 200 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec 50 g ( <b>SEL</b> ) Ser mozzarella 50 g ( <b>MLE</b> ) Pasta warzywna* 120 g ( <b>SEL</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Ser mozzarella 50 g ( <b>MLE</b> ) Pasztet z soczewicy* 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Ogórek kiszony 120 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Ryż na mleku 200 ml ( <b>MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80%tł 10 g Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec 50 g ( <b>SEL</b> ) Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE</b> ) Pasta warzywna* 120 g ( <b>SEL</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec 50 g ( <b>SEL</b> ) Ser mozzarella 50 g ( <b>MLE</b> ) Pasta warzywna* 120 g ( <b>SEL</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80%tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ</b> ) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec 50 g ( <b>SEL</b> ) Pasta warzywna* 120 g ( <b>SEL</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Ryż na mleku 200 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec 50 g ( <b>SEL</b> ) Ser mozzarella 50 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek kiszony 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Ryż na mleku 200 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec 50 g ( <b>SEL</b> ) Ser mozzarella 50 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek kiszony 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt
		II SN		Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <b>SOJ</b> ) Salata zielona 5 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Serek śmietankowy naturalny 30 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 5 g		Maślanka 150 ml ( <b>MLE</b> )	
2026-02-07 sobota	Obiad	Krem z dyni i marchwi*() 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bigos 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR</b> ) Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z dyni i marchwi*() 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pyzy z mięsem wieprzowym () 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos pieczeniowy 70 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z dyni i marchwi*() 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bigos 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR</b> ) Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krem z dyni i marchwi*() 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pyzy z mięsem wieprzowym () 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos pieczeniowy 70 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z dyni i marchwi*() 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Pyzy z mięsem wieprzowym () 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos pieczeniowy 70 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 250 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pyzy z mięsem wieprzowym () 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos pieczeniowy 70 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z dyni i marchwi*() 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pyzy z mięsem wieprzowym () 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos pieczeniowy 70 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z dyni i marchwi*() 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bigos 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR</b> ) Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
		PD		Jogurt naturalny 2,5% 150 ml ( <b>MLE</b> )		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml
2026-02-07 sobota	Kolejca	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80%tł 10 g Twarożek 50 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Marchew pieczona w słupki () 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80%tł 10 g Twarożek 50 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Marchew pieczona w słupki () 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80%tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Marchew pieczona w słupki () 120 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80%tł 10 g Twarożek 50 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Marchew pieczona w słupki () 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80%tł 10 g Twarożek 50 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Marchew pieczona w słupki () 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80%tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ</b> ) Marchew pieczona w słupki () 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80%tł 10 g Twarożek 50 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Marchew pieczona w słupki () 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Twarożek 50 g ( <b>MLE</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80%tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Marchew pieczona w słupki () 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )
		PN		Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80%tł 5 g Twarożek 30 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 5 g					

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-15 KUCHNIA STAROGARD GDAŃSKI

	SG- KCZ I Podstawowa	SG- KCZ II Łatwo strawna	SG- KCZ III Cukrzycowa	SG- KCZ V Wątrobowo-żółdkowa	SG- KCZ IX Bogatobiałkowa	SG- KCZ XIV Bezmleczna	SG- KCZ XVIII Dziecięca 7-18 lat	SG- KCZ XIX Położnicza	
2026-02-08 niedziela	Śniadanie	Platki 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> ) Dżem 50 g Salatka z ryżu brązowego, brokułów i wędliny drob wieprz 150 g ( <u>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Mandarynka 1 szt	Platki pszenne na mleku 200 ml ( <u>GLU PSZ, 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> ) Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 150 g ( <u>SOJ, MLE, SEL,</u> ) Dżem 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ) Salatka z ryżu brązowego, brokułów i wędliny drob wieprz 150 g ( <u>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> ) Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE,</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mandarynka 1 szt	Platki pszenne na mleku 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 50 g Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta warzywna* 120 g ( <u>SEL,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Platki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml 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> ) Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 150 g ( <u>SOJ, MLE, SEL,</u> ) Dżem 50 g Mandarynka 1 szt	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 Dżem 50 g Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 150 g ( <u>SEL,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Mandarynka 1 szt	Platki 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> ) Dżem 50 g Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 150 g ( <u>SOJ, MLE, SEL,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Mandarynka 1 szt	Platki pszenne na mleku 200 ml ( <u>GLU PSZ, 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% 5 g ( <u>MLE,</u> ) Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE,</u> ) Mandarynka 1 szt
	II SN		Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ) Serek homo. naturalny 30 g ( <u>MLE,</u> ) Salata zielona 10 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ) Serek homo. naturalny 30 g ( <u>MLE,</u> ) Salata zielona 5 g		Wafelki 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ) Serek homo. naturalny 30 g ( <u>MLE,</u> ) Salata zielona 5 g	
	Obiad	Krupnik jęczmienny 250 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos koperkowy * 70 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Babka piaskowa 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, OZI,</u> )	Krupnik jęczmienny 250 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos koperkowy * 70 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny 250 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos koperkowy * 70 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny 250 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos koperkowy * 70 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Babka piaskowa 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, OZI,</u> )	Krupnik jęczmienny 250 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos koperkowy *(bez mleka) 70 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka)* 250 ml ( <u>SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos koperkowy *(bez mleka) 70 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny 250 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos koperkowy * 70 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Babka piaskowa 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, OZI,</u> )	Krupnik jęczmienny 250 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos koperkowy * 70 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD		Kefir 2% tł 150 ml ( <u>MLE,</u> )		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE,</u> )		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE,</u> )		Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml ( <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 Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 50 g ( <u>SEL,</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Pomidor 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</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 Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 50 g ( <u>SEL,</u> ) Pomidor b/skórki 120 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 50 g ( <u>SEL,</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Pomidor 120 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 50 g ( <u>SEL,</u> ) Pomidor b/skórki 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</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 Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 50 g ( <u>SEL,</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Pomidor b/skórki 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</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 Dżem 50 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Pomidor b/skórki 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	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 Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 50 g ( <u>SEL,</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Pomidor 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</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 Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 50 g ( <u>SEL,</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Pomidor 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> )
PN			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> ) Salata zielona 5 g						

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-15 KUCHNIA STAROGARD GDAŃSKI

	SG- KCZ I Podstawowa	SG- KCZ II Łatwo strawna	SG- KCZ III Cukrzycowa	SG- KCZ V Wątrobowo-żółdkowa	SG- KCZ IX Bogatobiałkowa	SG- KCZ XIV Bezmleczna	SG- KCZ XVIII Dziecięca 7-18 lat	SG- KCZ XIX Położnicza	
2026-02-09 poniedziałek	Śniadanie	Zacierka 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> ) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Twarożek z natką pietruszki 50 g ( <u>MLE.</u> ) Ogórek kiszony 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Zacierka na mleku 200 ml ( <u>GLU PSZ, 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> ) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Twarożek z natką pietruszki 50 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor b/skórki 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Twarożek z natką pietruszki 50 g ( <u>MLE.</u> ) Ogórek kiszony 120 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Zacierka na mleku 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80%tł 10 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Pasta z białek z natką pietruszki 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Pomidor b/skórki 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, 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> ) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Twarożek z natką pietruszki 50 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor b/skórki 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	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 od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</u> ) Pomidor b/skórki 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Zacierka 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> ) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Twarożek z natką pietruszki 50 g ( <u>MLE.</u> ) Ogórek kiszony 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	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> ) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Twarożek z natką pietruszki 50 g ( <u>MLE.</u> ) Ogórek kiszony 120 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt
	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> ) Pomidor 30 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Salata zielona 5 g		Maślanka 150 ml ( <u>MLE.</u> )	
	Obiad	Kalafiorowa z ziemniakami 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko 170 g Curry dyniowo-ziemniaczane z ciecierzycą 200 g Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kalafiorowa z ziemniakami 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko 170 g Mus z jabłek () b/c 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kalafiorowa z ziemniakami 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko (brązowy) 170 g Curry dyniowo-ziemniaczane z ciecierzycą 200 g Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ziemniakami 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko 170 g Curry dyniowo-ziemniaczane z ciecierzycą 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kalafiorowa z ziemniakami 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> ) Ryż na sypko 170 g Mus z jabłek () b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka) 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Sos jarzynowo drobiowy* 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ryż na sypko 170 g Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kalafiorowa z ziemniakami 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Curry dyniowo-ziemniaczane z ciecierzycą 200 g Ryż na sypko 170 g Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	
	PD			Mandarynka 1 szt		Mandarynka 1 szt		Mandarynka 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 Ser żółty 40 g ( <u>MLE.</u> ) Serek śmietankowy naturalny 40 g ( <u>MLE.</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kakao z mlekiem z/c 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 Ser żółty 40 g ( <u>MLE.</u> ) Serek śmietankowy naturalny 40 g ( <u>MLE.</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kakao z mlekiem z/c 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 Ser żółty 40 g ( <u>MLE.</u> ) Serek śmietankowy naturalny 40 g ( <u>MLE.</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80%tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek śmietankowy naturalny 40 g ( <u>MLE.</u> ) Szpinak gotowany (bez oleju)* 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/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> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80%tł 10 g Ser żółty 40 g ( <u>MLE.</u> ) Serek śmietankowy naturalny 40 g ( <u>MLE.</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kakao z mlekiem z/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 Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Miód (25g) 1 szt Szpinak gotowany z olejem* 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	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 Ser żółty 40 g ( <u>MLE.</u> ) Serek śmietankowy naturalny 40 g ( <u>MLE.</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kakao z mlekiem z/c 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 Ser żółty 40 g ( <u>MLE.</u> ) Serek śmietankowy naturalny 40 g ( <u>MLE.</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> )
PN			Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80%tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Salata zielona 5 g						

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-15 KUCHNIA STAROGARD GDAŃSKI

	SG- KCZ I Podstawowa	SG- KCZ II Łatwo strawna	SG- KCZ III Cukrzycowa	SG- KCZ V Wątrobowo-żołądkowa	SG- KCZ IX Bogatobiałkowa	SG- KCZ XIV Bezmleczna	SG- KCZ XVIII Dziecięca 7-18 lat	SG- KCZ XIX Położnicza					
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.) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec 50 g (SEL.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 120 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	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.) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec 50 g (SEL.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 120 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec 50 g (SEL.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 120 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Platki owsiane na mleku 200 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec 50 g (SEL.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 120 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec 50 g (SEL.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 120 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Jabłko 1 szt 1 szt	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 mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec 50 g (SEL.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 120 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	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.) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec 50 g (SEL.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 120 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) Sałata zielona 5 g	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
Obiad	Pomidorowa z makaronem 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sledź w śmietanie 120 g (JAJ, RYB, MLE, GOR.) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 70 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sledź w śmietanie 120 g (JAJ, RYB, MLE, GOR.) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 70 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 70 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez miewka) 250 ml (GLU PSZ, SEL.) Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 70 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 70 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sledź w śmietanie 120 g (JAJ, RYB, MLE, GOR.) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml					
PD			Kefir 2% tł 150 ml (MLE.)		Kefir 2% tł 150 ml (MLE.)		Kefir 2% tł 150 ml (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 Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ogórek kiszony 120 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 Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 120 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 Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek kiszony 120 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Pasta z białek z koperkiem 60 g (JAJ, MLE.) Pomidor b/skórki 120 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 Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 120 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 Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	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 Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ogórek kiszony 120 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ogórek kiszony 120 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)					
PN			Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 5 g										

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-15 KUCHNIA STAROGARD GDAŃSKI

	SG- KCZ I Podstawowa	SG- KCZ II Łatwo strawna	SG- KCZ III Cukrzycowa	SG- KCZ V Wątrobowo-żółdkowa	SG- KCZ IX Bogatobiałkowa	SG- KCZ XIV Bezmleczna	SG- KCZ XVIII Dziecięca 7-18 lat	SG- KCZ XIX Położnicza
Sniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 200 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 50 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 50 g Pomidor 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomarańcza 1 szt. 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 200 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 50 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 50 g Pomidor b/skórki 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Farmerska wieprzowa z dodatkiem wody, wędzona, parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 120 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomarańcza 1 szt. 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 200 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80%tł 10 g Twarożek 50 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 50 g Pomidor b/skórki 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Farmerska wieprzowa z dodatkiem wody, wędzona, parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomarańcza 1 szt. 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80%tł 10 g Dżem 50 g Szynka Farmerska wieprzowa z dodatkiem wody, wędzona, parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomarańcza 1 szt. 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 200 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 50 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 50 g Pomidor 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomarańcza 1 szt. 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Farmerska wieprzowa z dodatkiem wody, wędzona, parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomarańcza 1 szt. 1 szt
	II SN			Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Serek śmietankowy naturalny 30 g ( <b>MLE.</b> ) Salata zielona 5 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Serek śmietankowy naturalny 30 g ( <b>MLE.</b> ) Salata zielona 5 g		Chrupki kukurydziane 30 g
Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej 250 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 170 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Szynka wieprzowa duszona 100 g Sos dyniowy * 70 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka b/c 150 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 170 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Szynka wieprzowa duszona 100 g Sos dyniowy * 70 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka b/c 150 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej 250 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ) Szynka wieprzowa duszona 100 g Kasza jęczmienna/sypko 170 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Szynka wieprzowa duszona 100 g Sos dyniowy * 70 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka b/c 150 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 170 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Szynka wieprzowa duszona 100 g Sos dyniowy * 70 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 170 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Szynka wieprzowa duszona 100 g Sos dyniowy * 70 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka b/c 150 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) 250 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 170 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Szynka wieprzowa duszona 100 g Sos pietruszkowy (bez glutenu, bez mleka)* 70 ml Surówka z marchwi i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej 250 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ) Szynka wieprzowa duszona 100 g Kasza jęczmienna/sypko 170 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Sos dyniowy * 70 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka b/c 150 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej 250 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ) Szynka wieprzowa duszona 100 g Kasza jęczmienna/sypko 170 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Sos dyniowy * 70 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka b/c 150 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD		Jabłko 1 szt 1 szt		Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml		Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml
Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80%tł 10 g Ser żółty 40 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80%tł 10 g Twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80%tł 10 g Ser żółty 40 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 120 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80%tł 10 g Twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80%tł 10 g Twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80%tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80%tł 10 g Ser żółty 40 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80%tł 10 g Ser żółty 40 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 120 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )
	PN			Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80%tł 5 g Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE.</b> ) Salata zielona 5 g				

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-15 KUCHNIA STAROGARD GDAŃSKI

	SG- KCZ I Podstawowa	SG- KCZ II Łatwo strawna	SG- KCZ III Cukrzykowa	SG- KCZ V Wątrobowo-żółdkowa	SG- KCZ IX Bogatobiałkowa	SG- KCZ XIV Bezmleczna	SG- KCZ XVIII Dziecięca 7-18 lat	SG- KCZ XIX Położnicza
Śniadanie	Kasza manna na mleku 200 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Hummus 50 g ( <b>SEZ,</b> ) Pomidor 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt Pączek 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> )	Kasza manna na mleku 200 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Pastą mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 50 g ( <b>SEL,</b> ) Pomidor b/skórki 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Hummus 50 g ( <b>SEZ,</b> ) Pomidor 120 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Kasza manna na mleku 200 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Pastą mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 50 g ( <b>SEL,</b> ) Pomidor b/skórki 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Pastą mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 50 g ( <b>SEL,</b> ) Pomidor b/skórki 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt Pączek 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Pastą mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego udziec 50 g ( <b>SEL,</b> ) Pomidor b/skórki 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Kasza manna na mleku 200 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Hummus 50 g ( <b>SEZ,</b> ) Pomidor 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt Pączek 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> )	Kasza manna na mleku 200 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Hummus 50 g ( <b>SEZ,</b> ) Pomidor 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt Pączek 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> )
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE,</b> ) Serek homo. naturalny 30 g ( <b>MLE,</b> ) Ogórek kiszony 30 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE,</b> ) Serek homo. naturalny 30 g ( <b>MLE,</b> ) Salata zielona 5 g		Maślanka 150 ml ( <b>MLE,</b> )
2026-02-12 czwartek	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Kalaflor gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos pomidorowy 70 ml ( <b>GLU PSZ,</b> )	Szpinakowa z ziemniakami 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kalaflor gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos pomidorowy 70 ml ( <b>GLU PSZ,</b> )	Szpinakowa z ziemniakami 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sos pomidorowy 70 ml ( <b>GLU PSZ,</b> ) Kalaflor gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sos pomidorowy 70 ml ( <b>GLU PSZ,</b> ) Kalaflor gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos pomidorowy 70 ml ( <b>GLU PSZ,</b> ) Kalaflor gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kalaflor gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kalaflor gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
		PD		Jogurt naturalny 2% tł. 150 ml ( <b>MLE,</b> )		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE,</b> )		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE,</b> )
Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z buraka 50 g Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE,</b> ) Marchew pieczona w słupki ( ) 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Pasta z buraka 50 g Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE,</b> ) Marchew pieczona w słupki ( ) 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z buraka 50 g Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE,</b> ) Marchew pieczona w słupki ( ) 120 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z buraka 50 g Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE,</b> ) Marchew pieczona w słupki ( ) 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z buraka 50 g Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE,</b> ) Marchew pieczona w słupki ( ) 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Pasta z buraka 50 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z buraka 50 g Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE,</b> ) Marchew pieczona w słupki ( ) 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z buraka 50 g Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE,</b> ) Marchew pieczona w słupki ( ) 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )
	PN		Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Salata zielona 5 g					

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-15 KUCHNIA STAROGARD GDAŃSKI

	SG- KCZ I Podstawowa	SG- KCZ II Łatwo strawna	SG- KCZ III Cukrzycowa	SG- KCZ V Wątrobowo-żółdkowa	SG- KCZ IX Bogatobiałkowa	SG- KCZ XIV Bezmleczna	SG- KCZ XVIII Dziecieka 7-18 lat	SG- KCZ XIX Położnicza	
2026-02-13 piątek	Śniadanie	Ryż na mleku 200 ml ( <u>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> ) Miód (25g) 2 szt Twaróg z brzoskwinia 50 g ( <u>MLE</u> ) Marchew gotowana z olejem 120 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE</u> ) Banan 1szt. 1 szt	Ryż na mleku 200 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> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Miód (25g) 2 szt Twaróg z brzoskwinia 50 g ( <u>MLE</u> ) Marchew gotowana z olejem 120 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE</u> ) Banan 1szt. 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> ) Pomidor 120 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Ryż na mleku 200 ml ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Miód (25g) 2 szt Twaróg z brzoskwinia 50 g ( <u>MLE</u> ) Marchew gotowana (bez oleju) 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Ryż na mleku 300 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> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Miód (25g) 2 szt Twaróg z brzoskwinia 50 g ( <u>MLE</u> ) Marchew gotowana z olejem 120 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE</u> ) Banan 1szt. 1 szt	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 Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g ( <u>SOJ</u> ) Miód (25g) 2 szt Marchew gotowana z olejem 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Ryż na mleku 200 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> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Miód (25g) 2 szt Twaróg z brzoskwinia 50 g ( <u>MLE</u> ) Marchew gotowana z olejem 120 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE</u> ) Banan 1szt. 1 szt	Ryż na mleku 200 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> ) Twaróg z brzoskwinia 50 g ( <u>MLE</u> ) Marchew gotowana z olejem 120 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE</u> ) Banan 1szt. 1 szt
		II SN		Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Ser zółty 30 g ( <u>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> ) Ser zółty 30 g ( <u>MLE</u> ) Salata lodowa 5 g		Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml	
2026-02-13 piątek	Obiad	Dyniowa z makaronem 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Kotlet z ryby (Mintaj) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Sos chrzanowy 70 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SO2</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ryba gotowana (Mintaj) 100 g ( <u>RYB</u> ) Kotlet z ryby (Mintaj) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Sos koperkowy * 70 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SO2</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ryba gotowana (Mintaj) 100 g ( <u>RYB</u> ) Sos koperkowy * 70 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ryba gotowana (Mintaj) 100 g ( <u>RYB</u> ) Sos koperkowy * 70 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba gotowana (Mintaj) 100 g ( <u>RYB</u> ) Sos koperkowy *(bez glutenu, bez mleka) 70 ml Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Kotlet z ryby (Mintaj) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Sos chrzanowy 70 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SO2</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Kotlet z ryby (Mintaj) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Sos chrzanowy 70 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SO2</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	
		PD		Jogurt naturalny 2% tł. 150 ml ( <u>MLE</u> )		Jogurt naturalny 2% tł. 150 ml ( <u>MLE</u> )		Jogurt naturalny 2% tł. 150 ml ( <u>MLE</u> )	
2026-02-13 piątek	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 Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Pasta z brokula * 120 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 od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Pomidor b/skórki 120 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 Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Pasta z brokula * 120 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Pasta z białek z natką pietruszki 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Pomidor b/skórki 120 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 od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Pomidor b/skórki 120 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 od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ</u> ) Pomidor b/skórki 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	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 Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Pasta z brokula * 120 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 Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Pasta z brokula * 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> )
		PN		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> ) Salata zielona 5 g					

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-15 KUCHNIA STAROGARD GDAŃSKI

	SG- KCZ I Podstawowa	SG- KCZ II Łatwo strawna	SG- KCZ III Cukrzycowa	SG- KCZ V Wątrobowo-żółdkowa	SG- KCZ IX Bogatobiałkowa	SG- KCZ XIV Bezmleczna	SG- KCZ XVIII Dziecięca 7-18 lat	SG- KCZ XIX Położnicza	
2026-02-14 sobota	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 40 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z tofu i marchewki 50 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 120 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z tofu i marchewki 50 g ( <b>SOJ</b> ) Ser mozzarella 50 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor b/skórki 120 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z tofu i marchewki 50 g ( <b>SOJ</b> ) Ser żółty 40 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 120 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml ( <b>MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> ) Pomidor b/skórki 120 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z tofu i marchewki 50 g ( <b>SOJ</b> ) Ser mozzarella 50 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor b/skórki 120 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ</b> ) Pasta mięsno-warzywna z mięsa wieprzowego ( ) 50 g ( <b>SEL</b> ) Pomidor 120 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Ser mozzarella 50 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 120 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z tofu i marchewki 50 g ( <b>SOJ</b> ) Masło 120 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt
				Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <b>SOJ</b> ) Ogórek kiszony 30 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 5 g		Maślanka 150 ml ( <b>MLE</b> )	
	Obiad	Selerowa z makaronem 250 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 170 g ( <b>GLU JĘCZ</b> ) Potrawka drobiowa 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Surówka z marchwi i jabłka b/c 150 g ( <b>MLE</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z makaronem 250 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 170 g ( <b>GLU JĘCZ</b> ) Potrawka drobiowa 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Surówka z marchwi i jabłka b/c 150 g ( <b>MLE</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z makaronem 250 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 170 g ( <b>GLU JĘCZ</b> ) Potrawka drobiowa 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Surówka z marchwi i jabłka b/c 150 g ( <b>MLE</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z makaronem 250 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 170 g ( <b>GLU JĘCZ</b> ) Potrawka drobiowa 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z makaronem (bez mleka) *( ) 250 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 170 g ( <b>GLU JĘCZ</b> ) Potrawka drobiowa 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Surówka z marchwi i jabłka b/c 150 g ( <b>MLE</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z makaronem 250 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 170 g ( <b>GLU JĘCZ</b> ) Potrawka drobiowa 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Surówka z marchwi i jabłka b/c 150 g ( <b>MLE</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z makaronem 250 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 170 g ( <b>GLU JĘCZ</b> ) Potrawka drobiowa 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Surówka z marchwi i jabłka b/c 150 g ( <b>MLE</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z makaronem 250 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 170 g ( <b>GLU JĘCZ</b> ) Potrawka drobiowa 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Surówka z marchwi i jabłka b/c 150 g ( <b>MLE</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
				Kefir 2% tł 150 ml ( <b>MLE</b> )		Kefir 2% tł 150 ml ( <b>MLE</b> )		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Twarożek z koperkiem 50 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pasta z cukinii i marchewki 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Twarożek z koperkiem 50 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pasta z cukinii i marchewki 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )	Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Twarożek z koperkiem 50 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pasta z cukinii i marchewki 120 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Twarożek z koperkiem 50 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pasta z cukinii i marchewki 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Twarożek z koperkiem 50 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pasta z cukinii i marchewki 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 70 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Pasta z cukinii i marchewki 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Twarożek z koperkiem 50 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pasta z cukinii i marchewki 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Twarożek z koperkiem 50 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z cukinii i marchewki 120 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )	
			Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 5 g						

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-15 KUCHNIA STAROGARD GDAŃSKI

	SG- KCZ I Podstawowa	SG- KCZ II Łatwo strawna	SG- KCZ III Cukrzycowa	SG- KCZ V Wątrobowo-żółdkowa	SG- KCZ IX Bogatobiałkowa	SG- KCZ XIV Bezmleczna	SG- KCZ XVIII Dziecięca 7-18 lat	SG- KCZ XIX Położnicza	
2026-02-15 niedziela	<b>Śniadanie</b>	Zacierka 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> ) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> ) Ogórek kiszony 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Mandarynka 1 szt	Zacierka na mleku 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> ) Marszew pieczona w słupki () 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> ) Ogórek kiszony 120 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mandarynka 1 szt	Zacierka na mleku 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> ) Marszew pieczona w słupki () 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	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> ) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> ) Marszew pieczona w słupki () 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Mandarynka 1 szt	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 Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> ) Dżem 50 g Marszew pieczona w słupki () 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Mandarynka 1 szt	Zacierka 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> ) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> ) Ogórek kiszony 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Mandarynka 1 szt	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> ) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> ) Ogórek kiszony 120 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mandarynka 1 szt
	<b>II ŚN</b>							Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE</u> )	
	<b>Obiad</b>	Krem z zielonych warzyw z grzankami 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Schab gotowany 100 g Sos jarzynowy 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraczki po francusku z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02</u> )	Krem z zielonych warzyw z grzankami 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 100 g Sos jarzynowy 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Buraczki gotowane drobno tarte 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02</u> )	Krem z zielonych warzyw z grzankami 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 100 g Sos jarzynowy 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Buraczki po francusku z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krem z zielonych warzyw z grzankami 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 100 g Sos jarzynowy 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Buraczki gotowane drobno tarte 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z zielonych warzyw z grzankami 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 100 g Sos jarzynowy 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Buraczki gotowane drobno tarte 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02</u> )	Krem z zielonych warzyw z grzankami 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 100 g Sos jarzynowy 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Buraczki gotowane drobno tarte 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z zielonych warzyw z grzankami 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Schab gotowany 100 g Sos jarzynowy 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraczki gotowane drobno tarte 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02</u> )	Krem z zielonych warzyw z grzankami 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Schab gotowany 100 g Sos jarzynowy 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraczki po francusku z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	<b>PD</b>			Jogurt naturalny 2% tł. 150 ml ( <u>MLE</u> )		Jogurt naturalny 2% tł. 150 ml ( <u>MLE</u> )		Jogurt naturalny 2% tł. 150 ml ( <u>MLE</u> )	
	<b>Kolacja</b>	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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 120 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 120 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 120 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> ) Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> ) Seler z pietruszką gotowany (bez oleju) 120 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 120 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 120 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 120 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 120 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )
<b>PN</b>			Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ</u> ) Salata zielona 5 g						

### **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,  
S02 - 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,