

	eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska
Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ,</u>) Ser mozzarella 50 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	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, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ,</u>) Ser mozzarella 50 g (<u>MLE,</u>) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Salata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ,</u>) Ser mozzarella 70 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Salata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ,</u>) Ser mozzarella 70 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Salata zielona 20 g	Mleko 200 ml (<u>MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ,</u>) Ser mozzarella 70 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Ser mozzarella 70 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 70 g (<u>SEL,</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Salata zielona 20 g
II SN	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)				Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynka łostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Salata zielona 5 g	
Obiad	Brokułowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Kotlety z ciecierzycy () 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 150 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>) Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Kotlety z ciecierzycy () 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 150 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 150 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml		Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Kotlety z ciecierzycy () 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 150 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
PD					Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE,</u>) Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE,</u>) Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 70 g (<u>RYB, SEL,</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE,</u>) Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 70 g (<u>RYB, SEL,</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE,</u>) Mix салат 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 70 g (<u>RYB, SEL,</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE,</u>) Mix салат 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
PN	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt				Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,</u>)	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
	Wartość energetyczna: 2285.07 kcal; Białko ogółem: 84.00 g; Tłuszcz: 79.52 g; Kw. tł. nasy.: 26.89 g; Węglowodany ogółem: 321.32 g; W tym cukry: 99.55 g; Błonnik pok.: 37.47 g; Sól: 6.93 g;	Wartość energetyczna: 2152.63 kcal; Białko ogółem: 81.97 g; Tłuszcz: 67.51 g; Kw. tł. nasy.: 26.17 g; Węglowodany ogółem: 316.49 g; W tym cukry: 103.28 g; Błonnik pok.: 24.58 g; Sól: 7.26 g;	Wartość energetyczna: 2470.37 kcal; Białko ogółem: 99.26 g; Tłuszcz: 84.21 g; Kw. tł. nasy.: 26.48 g; Węglowodany ogółem: 343.15 g; W tym cukry: 82.84 g; Błonnik pok.: 39.70 g; Sól: 8.30 g;	Wartość energetyczna: 2373.50 kcal; Białko ogółem: 102.11 g; Tłuszcz: 73.97 g; Kw. tł. nasy.: 25.68 g; Węglowodany ogółem: 339.70 g; W tym cukry: 86.03 g; Błonnik pok.: 29.66 g; Sól: 7.59 g;	Wartość energetyczna: 2338.90 kcal; Białko ogółem: 113.24 g; Tłuszcz: 86.16 g; Kw. tł. nasy.: 32.12 g; Węglowodany ogółem: 297.13 g; W tym cukry: 42.96 g; Błonnik pok.: 42.51 g; Sól: 9.42 g;	Wartość energetyczna: 2683.87 kcal; Białko ogółem: 106.05 g; Tłuszcz: 101.72 g; Kw. tł. nasy.: 34.61 g; Węglowodany ogółem: 352.42 g; W tym cukry: 86.70 g; Błonnik pok.: 43.60 g; Sól: 7.61 g;

	eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (SOJ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (SOJ) Ogórek kiszony 80 g Fasolka szparagowa z wody* 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (SOJ) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (SOJ) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Fasolka szparagowa z wody* 80 g	Mleko 200 ml (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (SOJ) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser żółty 40 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Sałata zielona 20 g
II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 5 g	
Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, S02) Makaron 180 g (GLU PSZ) Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g (GLU PSZ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g (GLU PSZ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Makaron 180 g (GLU PSZ) Dynia z wody 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, S02) Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g (GLU PSZ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Makaron 180 g (GLU PSZ) Dynia z wody 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g (GLU PSZ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Makaron 180 g (GLU PSZ) Dynia z wody 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, S02) Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g (GLU PSZ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Makaron 180 g (GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, S02) Makaron z warzywami i serem żółtym* 300 g (GLU PSZ, MLE) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Makaron 180 g (GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
PD					Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Ser mozzarella kulki 50 g (MLE) Pomidor 80 g Rukola 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Ser mozzarella kulki 50 g (MLE) Pomidor 80 g Rukola 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 40 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Ser mozzarella kulki 70 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Rukola 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 40 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Ser mozzarella kulki 70 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Rukola 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 40 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Ser mozzarella kulki 70 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Rukola 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Dżem 30 g Ser mozzarella kulki 70 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Rukola 20 g
PN		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE) Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE)			Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE) Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE)
	Wartość energetyczna: 2511.75 kcal; Białko ogółem: 109.99 g; Tłuszcz: 86.20 g; Kw. tł. nasy.: 35.52 g; Węglowodany ogółem: 335.01 g; W tym cukry: 79.52 g; Błonnik pok.: 25.66 g; Sól: 8.64 g;	Wartość energetyczna: 2562.83 kcal; Białko ogółem: 113.02 g; Tłuszcz: 82.35 g; Kw. tł. nasy.: 35.29 g; Węglowodany ogółem: 348.08 g; W tym cukry: 85.65 g; Błonnik pok.: 21.96 g; Sól: 7.79 g;	Wartość energetyczna: 2725.43 kcal; Białko ogółem: 123.26 g; Tłuszcz: 93.76 g; Kw. tł. nasy.: 39.49 g; Węglowodany ogółem: 357.57 g; W tym cukry: 70.04 g; Błonnik pok.: 24.90 g; Sól: 10.33 g;	Wartość energetyczna: 2782.20 kcal; Białko ogółem: 126.52 g; Tłuszcz: 89.99 g; Kw. tł. nasy.: 39.26 g; Węglowodany ogółem: 371.79 g; W tym cukry: 76.88 g; Błonnik pok.: 21.40 g; Sól: 9.48 g;	Wartość energetyczna: 2507.89 kcal; Białko ogółem: 123.45 g; Tłuszcz: 97.33 g; Kw. tł. nasy.: 42.22 g; Węglowodany ogółem: 302.13 g; W tym cukry: 27.52 g; Błonnik pok.: 38.51 g; Sól: 13.63 g;	Wartość energetyczna: 2957.44 kcal; Białko ogółem: 103.14 g; Tłuszcz: 97.37 g; Kw. tł. nasy.: 46.46 g; Węglowodany ogółem: 431.08 g; W tym cukry: 84.28 g; Błonnik pok.: 29.20 g; Sól: 8.91 g;

	eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska
2026-03-04 środa	Śniadanie Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Pomidor 80 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</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% 15 g (<u>MLE.</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Pomidor b/skórki 80 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 80 g	Mleko 200 ml (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE.</u>) Konserva sterylizowana sojowa z papryką 70 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Pomidor 80 g
	Biskopki b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 5 g	
	Obiad Grysikowa z ziemniakami* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grysikowa z ziemniakami* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Płatki ziemniaczane 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD				Pomarańcza 150 g	
	Kolacja Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Michałowej wieprzowa wędz parzona z dod wody 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, GOR, S02.</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>) Brokuł gotowany* 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	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% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Michałowej wieprzowa wędz parzona z dod wody 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, GOR, S02.</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Brokuł gotowany* 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Michałowej wieprzowa wędz parzona z dod wody 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, GOR, S02.</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE.</u>) Brokuł gotowany* 80 g Sałata zielona 20 g Brokuł gotowany* 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Michałowej wieprzowa wędz parzona z dod wody 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, GOR, S02.</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Brokuł gotowany* 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Michałowej wieprzowa wędz parzona z dod wody 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, GOR, S02.</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Brokuł gotowany* 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE.</u>) Brokuł gotowany* 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Sałata zielona 20 g
	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt				Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt
	Wartość energetyczna: 2121.29 kcal; Białko ogółem: 89.08 g; Tłuszcz: 64.15 g; Kw. tł. nasy.: 31.67 g; Węglowodany ogółem: 309.42 g; W tym cukry: 72.21 g; Błonnik pok.: 25.62 g; Sól: 9.39 g;	Wartość energetyczna: 2146.97 kcal; Białko ogółem: 98.81 g; Tłuszcz: 52.95 g; Kw. tł. nasy.: 25.37 g; Węglowodany ogółem: 328.43 g; W tym cukry: 81.28 g; Błonnik pok.: 21.17 g; Sól: 6.65 g;	Wartość energetyczna: 2346.07 kcal; Białko ogółem: 103.57 g; Tłuszcz: 70.93 g; Kw. tł. nasy.: 35.19 g; Węglowodany ogółem: 337.47 g; W tym cukry: 77.42 g; Błonnik pok.: 28.03 g; Sól: 11.15 g;	Wartość energetyczna: 2334.13 kcal; Białko ogółem: 110.66 g; Tłuszcz: 56.76 g; Kw. tł. nasy.: 28.91 g; Węglowodany ogółem: 356.16 g; W tym cukry: 86.48 g; Błonnik pok.: 23.58 g; Sól: 8.20 g;	Wartość energetyczna: 2287.62 kcal; Białko ogółem: 116.84 g; Tłuszcz: 70.29 g; Kw. tł. nasy.: 32.12 g; Węglowodany ogółem: 317.55 g; W tym cukry: 42.79 g; Błonnik pok.: 43.57 g; Sól: 12.02 g;	Wartość energetyczna: 2675.30 kcal; Białko ogółem: 90.32 g; Tłuszcz: 109.28 g; Kw. tł. nasy.: 35.70 g; Węglowodany ogółem: 346.56 g; W tym cukry: 77.71 g; Błonnik pok.: 29.87 g; Sól: 9.12 g;

		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska	
2026-03-05 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ,</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30g Pomidor 80g Roszponka 20g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ,</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30g Pomidor b/skórki 80g Roszponka 20g	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ,</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30g Pomidor 80g Roszponka 20g	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ,</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30g Pomidor b/skórki 80g Roszponka 20g	Mleko 200 ml (<u>MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ,</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u>) Pomidor 80g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Roszponka 20g	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30g Pomidor 80g Roszponka 20g	
	II ŚN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 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		
	Obiad	Ziemniaczana * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 150 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka z marchwi i selera z olejem 150 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 150 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Ryż na sypko 150 g Surówka z marchwi i selera z olejem 150 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Ryż na sypko 150 g Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko (brązowy) 50 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Ryż na sypko 150 g Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka z marchwi i selera z olejem 150 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 180 g Leczo wegetariańskie z soczewicą* 300 g Surówka z marchwi i selera z olejem 150 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	PD						Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Salatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Salata zielona 20 g Pomidor 80g Dżem 30g	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% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Salatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE, SEL,</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 80g Dżem 30g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Salatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Salata zielona 20 g Dżem 30g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Salatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE, SEL,</u>) Dżem 30g	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Salatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Salata zielona 20 g Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE,</u>) Dżem 30g Salatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Salata zielona 20g	
PN	Ciasto drożdżowe b/c 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)					Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,</u>)	Ciasto drożdżowe b/c 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	
	Wartość energetyczna: 2479.54 kcal; Białko ogółem: 89.12 g; Tłuszcz: 72.85 g; Kw. tł. nasy.: 28.84 g; Węglowodany ogółem: 346.65 g; W tym cukry: 77.99 g; Błonnik pok.: 26.64 g; Sól: 8.00 g;	Wartość energetyczna: 2389.38 kcal; Białko ogółem: 92.34 g; Tłuszcz: 61.87 g; Kw. tł. nasy.: 27.73 g; Węglowodany ogółem: 342.05 g; W tym cukry: 71.36 g; Błonnik pok.: 21.79 g; Sól: 7.58 g;	Wartość energetyczna: 2640.34 kcal; Białko ogółem: 96.48 g; Tłuszcz: 76.11 g; Kw. tł. nasy.: 30.07 g; Węglowodany ogółem: 374.31 g; W tym cukry: 80.88 g; Błonnik pok.: 28.65 g; Sól: 9.01 g;	Wartość energetyczna: 2564.18 kcal; Białko ogółem: 100.46 g; Tłuszcz: 64.93 g; Kw. tł. nasy.: 28.96 g; Węglowodany ogółem: 371.71 g; W tym cukry: 73.95 g; Błonnik pok.: 21.24 g; Sól: 8.82 g;	Wartość energetyczna: 2556.19 kcal; Białko ogółem: 120.11 g; Tłuszcz: 90.87 g; Kw. tł. nasy.: 34.58 g; Węglowodany ogółem: 333.99 g; W tym cukry: 36.09 g; Błonnik pok.: 44.52 g; Sól: 10.39 g;	Wartość energetyczna: 2815.85 kcal; Białko ogółem: 73.80 g; Tłuszcz: 94.45 g; Kw. tł. nasy.: 36.87 g; Węglowodany ogółem: 403.22 g; W tym cukry: 86.94 g; Błonnik pok.: 33.42 g; Sól: 8.21 g;		

	eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska
Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (<u>SOJ</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Mandarynka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Salata zielona 20 g	Kasza manna 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% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (<u>SOJ</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Salata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 40 g (<u>SOJ</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Mandarynka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Salata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 40 g (<u>SOJ</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Salata zielona 20 g	Mleko 200 ml (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 40 g (<u>SOJ</u>) Mandarynka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Salata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE</u>) Mandarynka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Salata zielona 20 g
II śN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR</u>) Salata zielona 5 g	
Obiad	Dyniowa z makaronem* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Ryba smażona (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Pulpet rybno-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Ryba smażona (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Pulpet rybno-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez glutenu) *(<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Pulpet rybno-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pierogi z truskawkami* 300 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos jogurtowy naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
PD					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (<u>MLE</u>)	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (<u>MLE</u>) Dżem 30 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
PN	Podplomyki b/c 30 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)				Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Schab gotowany 30 g	Podplomyki b/c 30 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)
	Wartość energetyczna: 2275.99 kcal; Białko ogółem: 94.42 g; Tłuszcz: 68.47 g; Kw. tł. nasy.: 26.14 g; Węglowodany ogółem: 331.43 g; W tym cukry: 78.87 g; Błonnik pok.: 30.53 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 2198.67 kcal; Białko ogółem: 89.98 g; Tłuszcz: 61.10 g; Kw. tł. nasy.: 25.99 g; Węglowodany ogółem: 329.72 g; W tym cukry: 70.89 g; Błonnik pok.: 24.85 g; Sól: 6.80 g;	Wartość energetyczna: 2463.98 kcal; Białko ogółem: 107.83 g; Tłuszcz: 72.92 g; Kw. tł. nasy.: 28.21 g; Węglowodany ogółem: 356.20 g; W tym cukry: 84.73 g; Błonnik pok.: 30.27 g; Sól: 8.23 g;	Wartość energetyczna: 2409.57 kcal; Białko ogółem: 104.01 g; Tłuszcz: 65.72 g; Kw. tł. nasy.: 28.09 g; Węglowodany ogółem: 359.61 g; W tym cukry: 76.91 g; Błonnik pok.: 25.44 g; Sól: 8.28 g;	Wartość energetyczna: 2481.31 kcal; Białko ogółem: 116.82 g; Tłuszcz: 78.21 g; Kw. tł. nasy.: 35.74 g; Węglowodany ogółem: 349.16 g; W tym cukry: 71.67 g; Błonnik pok.: 46.96 g; Sól: 9.33 g;	Wartość energetyczna: 2539.53 kcal; Białko ogółem: 81.86 g; Tłuszcz: 66.10 g; Kw. tł. nasy.: 30.34 g; Węglowodany ogółem: 407.84 g; W tym cukry: 107.40 g; Błonnik pok.: 27.98 g; Sól: 4.93 g;

		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska
2026-03-07 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Ketchup 30 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Pasta z brokuła * 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Ryż na mleku 300 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, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Pasta z brokuła * 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Ryż na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 120 g (<u>może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Twarożek 70 g (<u>MLE</u>) Ketchup 30 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Pasta z brokuła * 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Ryż na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Twarożek 70 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Pasta z brokuła * 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Mleko 200 ml (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Twarożek 70 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Pasta z brokuła * 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ryż na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser topiony 50 g (<u>MLE</u>) Twarożek 70 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Pasta z brokuła * 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g
	II ŚN	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Filet z kurczaka gotowany 30 g Sałata zielona 5 g	
	Obiad	Selerowa z ziemniakami * 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z ogórka kiszzonego, pomidora i cebuli z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos bazylkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z ogórka kiszzonego, pomidora i cebuli z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos bazylkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z ogórka kiszzonego, pomidora i cebuli z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Curry dyniowo-ziemniaczane z ciecierzycą 150 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasztet sojowy z pomidorami 70 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	
	PN	Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)				Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)	Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 2462.83 kcal; Białko ogółem: 93.54 g; Tłuszcz: 86.64 g; Kw. tł. nasy.: 38.38 g; Węglowodany ogółem: 336.22 g; W tym cukry: 99.46 g; Błonnik pok.: 30.65 g; Sól: 9.07 g;	Wartość energetyczna: 2360.41 kcal; Białko ogółem: 93.95 g; Tłuszcz: 74.85 g; Kw. tł. nasy.: 32.66 g; Węglowodany ogółem: 337.10 g; W tym cukry: 94.44 g; Błonnik pok.: 23.09 g; Sól: 7.25 g;	Wartość energetyczna: 2725.40 kcal; Białko ogółem: 101.44 g; Tłuszcz: 104.06 g; Kw. tł. nasy.: 41.88 g; Węglowodany ogółem: 353.48 g; W tym cukry: 74.45 g; Błonnik pok.: 27.27 g; Sól: 12.43 g;	Wartość energetyczna: 2455.20 kcal; Białko ogółem: 100.69 g; Tłuszcz: 73.80 g; Kw. tł. nasy.: 31.67 g; Węglowodany ogółem: 357.67 g; W tym cukry: 77.62 g; Błonnik pok.: 24.97 g; Sól: 8.21 g;	Wartość energetyczna: 2397.75 kcal; Białko ogółem: 110.04 g; Tłuszcz: 88.64 g; Kw. tł. nasy.: 38.64 g; Węglowodany ogółem: 310.77 g; W tym cukry: 47.66 g; Błonnik pok.: 42.61 g; Sól: 10.53 g;	Wartość energetyczna: 2452.51 kcal; Białko ogółem: 72.84 g; Tłuszcz: 81.02 g; Kw. tł. nasy.: 35.06 g; Węglowodany ogółem: 369.51 g; W tym cukry: 82.47 g; Błonnik pok.: 38.44 g; Sól: 8.01 g;

	eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska
Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Mix салат 20 g Pasta warzywna* 80 g (<u>SEL.</u>) Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u>) Cukier 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Mix салат 20 g Pasta warzywna* 80 g (<u>SEL.</u>) Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u>) Cukier 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Mix салат 20 g Pasta warzywna* 80 g (<u>SEL.</u>) Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u>) Cukier 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Mix салат 20 g Pasta warzywna* 80 g (<u>SEL.</u>) Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u>) Cukier 30 g	Mleko 200 ml (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ.</u>) Mix салат 20 g Pasta warzywna* 80 g (<u>SEL.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Mix салат 20 g Pasta warzywna* 80 g (<u>SEL.</u>) Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u>) Cukier 30 g
II ŚN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Michałowej wieprzowa wędz parzona z dod wody 30 g (<u>GLUPSZ, SOJ, może zawierać: MLE, GOR, S02.</u>) Salata zielona 5 g	
Obiad	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Udziec z kurczaka pieczony b/k b/s 100 g Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Surówka Colesław b/c 150 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Udziec z kurczaka pieczony b/k b/s 100 g Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Udziec z kurczaka pieczony b/k b/s 100 g Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Surówka Colesław b/c 150 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Udziec z kurczaka pieczony b/k b/s 100 g Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Udziec z kurczaka pieczony b/k b/s 100 g Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez glutenu)* 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Kotlety sojowe panierowane 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Surówka Colesław b/c 150 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
PD					Jabłko 150 g	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 40 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 40 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 40 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 40 g Dżem 30 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
PN	Chalka 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE.</u>)				Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (<u>SOJ.</u>)	Chalka 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE.</u>)
	Wartość energetyczna: 2116.87 kcal; Białko ogółem: 98.41 g; Tłuszcz: 68.91 g; Kw. tł. nasy.: 29.86 g; Węglowodany ogółem: 288.40 g; W tym cukry: 84.72 g; Błonnik pok.: 26.72 g; Sól: 7.46 g;	Wartość energetyczna: 2105.79 kcal; Białko ogółem: 102.55 g; Tłuszcz: 63.63 g; Kw. tł. nasy.: 29.39 g; Węglowodany ogółem: 289.78 g; W tym cukry: 80.37 g; Błonnik pok.: 19.64 g; Sól: 7.35 g;	Wartość energetyczna: 2280.18 kcal; Białko ogółem: 112.29 g; Tłuszcz: 71.92 g; Kw. tł. nasy.: 30.76 g; Węglowodany ogółem: 307.93 g; W tym cukry: 68.88 g; Błonnik pok.: 25.67 g; Sól: 8.76 g;	Wartość energetyczna: 2245.60 kcal; Białko ogółem: 115.13 g; Tłuszcz: 66.74 g; Kw. tł. nasy.: 30.31 g; Węglowodany ogółem: 306.06 g; W tym cukry: 64.73 g; Błonnik pok.: 21.89 g; Sól: 8.74 g;	Wartość energetyczna: 2355.84 kcal; Białko ogółem: 121.58 g; Tłuszcz: 84.17 g; Kw. tł. nasy.: 34.63 g; Węglowodany ogółem: 301.05 g; W tym cukry: 52.38 g; Błonnik pok.: 46.20 g; Sól: 10.65 g;	Wartość energetyczna: 2381.81 kcal; Białko ogółem: 84.02 g; Tłuszcz: 82.88 g; Kw. tł. nasy.: 28.86 g; Węglowodany ogółem: 336.06 g; W tym cukry: 81.40 g; Błonnik pok.: 38.65 g; Sól: 6.98 g;

		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska
2026-03-09 poniedziałek	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodatkiem wody 30 g (<u>SOJ</u>) Hummus z ciecierzycy 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Rukola 20 g	Kasza jaglana na mleku 300 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, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodatkiem wody 30 g (<u>SOJ</u>) Ser mozzarella kulki 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Rukola 20 g	Kasza jaglana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodatkiem wody 40 g (<u>SOJ</u>) Hummus z ciecierzycy 70 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Rukola 20 g	Kasza jaglana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodatkiem wody 40 g (<u>SOJ</u>) Ser mozzarella kulki 70 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Rukola 20 g	Mleko 200 ml (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodatkiem wody 40 g (<u>SOJ</u>) Ser mozzarella kulki 70 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Rukola 20 g	Kasza jaglana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodatkiem wody 40 g (<u>SOJ</u>) Hummus z ciecierzycy 70 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Rukola 20 g
	II ŚN	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodatną 30 g (<u>SOJ</u>) Sałata zielona 5 g	
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Naleśniki z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Mus z jabłek () z/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sytko 180 g Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek () z/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Naleśniki z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Mus z jabłek () z/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sytko 180 g Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek () z/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Pulpet drobiowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Mus z jabłek () z/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Naleśniki z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Mus z jabłek () z/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD						Mandarynka 150 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 40 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR</u>) Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 40 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR</u>) Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 40 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR</u>) Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE</u>) Pasztet sojowy z pomidorami 70 g (<u>SOJ, GOR</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 80 g
	PN	Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>)				Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>)	Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>)
		Wartość energetyczna: 2596.16 kcal; Białko ogółem: 100.78 g; Tłuszcz: 75.10 g; Kw. tł. nasy.: 32.76 g; Węglowodany ogółem: 392.64 g; W tym cukry: 123.57 g; Błonnik pok.: 29.49 g; Sól: 6.22 g;	Wartość energetyczna: 2326.11 kcal; Białko ogółem: 92.57 g; Tłuszcz: 66.49 g; Kw. tł. nasy.: 36.63 g; Węglowodany ogółem: 349.94 g; W tym cukry: 96.17 g; Błonnik pok.: 20.35 g; Sól: 6.93 g;	Wartość energetyczna: 2753.03 kcal; Białko ogółem: 105.05 g; Tłuszcz: 77.26 g; Kw. tł. nasy.: 31.87 g; Węglowodany ogółem: 419.67 g; W tym cukry: 107.04 g; Błonnik pok.: 32.76 g; Sól: 7.17 g;	Wartość energetyczna: 2493.86 kcal; Białko ogółem: 98.63 g; Tłuszcz: 70.13 g; Kw. tł. nasy.: 38.17 g; Węglowodany ogółem: 374.97 g; W tym cukry: 79.66 g; Błonnik pok.: 22.53 g; Sól: 8.14 g;	Wartość energetyczna: 2378.79 kcal; Białko ogółem: 106.54 g; Tłuszcz: 78.65 g; Kw. tł. nasy.: 39.05 g; Węglowodany ogółem: 333.39 g; W tym cukry: 53.57 g; Błonnik pok.: 46.42 g; Sól: 10.79 g;	Wartość energetyczna: 3013.30 kcal; Białko ogółem: 106.52 g; Tłuszcz: 101.72 g; Kw. tł. nasy.: 40.12 g; Węglowodany ogółem: 426.83 g; W tym cukry: 106.76 g; Błonnik pok.: 33.37 g; Sól: 7.12 g;

eKAW- CH Podstawowa		eKAW- CH Łatwo strawna		eKAW- STO Podstawowa		eKAW- STO Łatwo strawna		eKAW- STO Cukrzycowa		eKAW- STO Wegetariańska	
2026-03-10 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Salata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Salata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Salata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Salata zielona 20 g	Mleko 200 ml (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Salata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 2 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Salata zielona 20 g				
	II ŚN	Galaretką z owocami bez dodatku cukru 123g 1 szt				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Salata zielona 5 g					
	Obiad	Jarzynowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Makaron 160 g (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pierogi ukraińskie * 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml				
	PD					Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)					
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 50 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 80 g	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% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 50 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 70 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 70 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 70 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 100 g Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 70 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml				
PN	Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>) Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)		Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>) Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)					
	Wartość energetyczna: 2565.87 kcal; Białko ogółem: 95.68 g; Tłuszcz: 94.50 g; Kw. tł. nasy.: 28.37 g; Węglowodany ogółem: 344.20 g; W tym cukry: 92.53 g; Błonnik pok.: 26.93 g; Sól: 8.04 g;	Wartość energetyczna: 2455.39 kcal; Białko ogółem: 107.22 g; Tłuszcz: 74.67 g; Kw. tł. nasy.: 26.96 g; Węglowodany ogółem: 347.45 g; W tym cukry: 91.59 g; Błonnik pok.: 22.26 g; Sól: 7.60 g;	Wartość energetyczna: 2723.11 kcal; Białko ogółem: 106.66 g; Tłuszcz: 100.98 g; Kw. tł. nasy.: 30.09 g; Węglowodany ogółem: 360.01 g; W tym cukry: 75.69 g; Błonnik pok.: 32.65 g; Sól: 9.10 g;	Wartość energetyczna: 2658.78 kcal; Białko ogółem: 119.92 g; Tłuszcz: 81.38 g; Kw. tł. nasy.: 28.73 g; Węglowodany ogółem: 371.47 g; W tym cukry: 74.49 g; Błonnik pok.: 25.63 g; Sól: 8.90 g;	Wartość energetyczna: 2572.83 kcal; Białko ogółem: 125.97 g; Tłuszcz: 98.53 g; Kw. tł. nasy.: 34.21 g; Węglowodany ogółem: 314.71 g; W tym cukry: 42.83 g; Błonnik pok.: 41.56 g; Sól: 9.75 g;	Wartość energetyczna: 2983.60 kcal; Białko ogółem: 93.16 g; Tłuszcz: 120.30 g; Kw. tł. nasy.: 45.90 g; Węglowodany ogółem: 395.68 g; W tym cukry: 79.23 g; Błonnik pok.: 36.59 g; Sól: 7.83 g;					

eKAW- CH Podstawowa		eKAW- CH Łatwo strawna		eKAW- STO Podstawowa		eKAW- STO Łatwo strawna		eKAW- STO Cukrzycowa		eKAW- STO Wegetariańska	
2026-03-11 środa	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Rukola 20 g	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Rukola 20 g	Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 70 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Rukola 20 g	Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 70 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Rukola 20 g	Mleko 200 ml (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 70 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Rukola 20 g	Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 70 g (<u>MLE</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Rukola 20 g				
	II ŚN	Banan 1szt. 1 szt					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Schab gotowany 30 g Salata zielona 5 g				
	Obiad	Kalafiorowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza gryczana 160 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi i chrzanu b/c 150 g (<u>MLE, S02.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi i chrzanu b/c 150 g (<u>MLE, S02.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza gryczana 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi i chrzanu b/c 150 g (<u>MLE, S02.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza gryczana 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi i chrzanu b/c 150 g (<u>MLE, S02.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kaszotto wegetariańskie z tofu * 300 g (<u>SOJ, SEL, GLU JECZ.</u>) Surówka z marchwi i chrzanu b/c 150 g (<u>MLE, S02.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml				
	PD						Jabłko 1 szt 1 szt				
	Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu i tuńczyka 50 g (<u>RYB, MLE</u>) Szynka Michałowej wieprzowa wędz parzona z dod wody 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, GOR, S02.</u>) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Michałowej wieprzowa wędz parzona z dod wody 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, GOR, S02.</u>) Pasta z twarogu i tuńczyka 50 g (<u>RYB, MLE</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Brokuł gotowany* 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Michałowej wieprzowa wędz parzona z dod wody 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, GOR, S02.</u>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 70 g (<u>RYB, SEL.</u>) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Michałowej wieprzowa wędz parzona z dod wody 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, GOR, S02.</u>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 70 g (<u>RYB, SEL.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Brokuł gotowany* 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Michałowej wieprzowa wędz parzona z dod wody 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, GOR, S02.</u>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 70 g (<u>RYB, SEL.</u>) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE</u>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 70 g (<u>RYB, SEL.</u>) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g				
PN	Galaretka z owocami bez dodatku cukru 123g 1 szt					Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>)	Galaretka z owocami bez dodatku cukru 123g 1 szt				
Wartość energetyczna: 2285.23 kcal; Białko ogółem: 95.94 g; Tłuszcz: 60.15 g; Kw. tł. nasy.: 27.25 g; Węglowodany ogółem: 355.65 g; W tym cukry: 120.38 g; Błonnik pok.: 32.11 g; Sól: 8.66 g;		Wartość energetyczna: 2313.17 kcal; Białko ogółem: 95.85 g; Tłuszcz: 57.95 g; Kw. tł. nasy.: 26.99 g; Węglowodany ogółem: 365.30 g; W tym cukry: 121.63 g; Błonnik pok.: 27.02 g; Sól: 7.31 g;		Wartość energetyczna: 2395.89 kcal; Białko ogółem: 106.97 g; Tłuszcz: 62.44 g; Kw. tł. nasy.: 27.21 g; Węglowodany ogółem: 367.60 g; W tym cukry: 87.63 g; Błonnik pok.: 33.50 g; Sól: 10.21 g;		Wartość energetyczna: 2463.70 kcal; Białko ogółem: 106.45 g; Tłuszcz: 65.51 g; Kw. tł. nasy.: 26.48 g; Węglowodany ogółem: 374.18 g; W tym cukry: 89.83 g; Błonnik pok.: 25.34 g; Sól: 9.17 g;		Wartość energetyczna: 2386.82 kcal; Białko ogółem: 119.21 g; Tłuszcz: 70.69 g; Kw. tł. nasy.: 32.14 g; Węglowodany ogółem: 341.86 g; W tym cukry: 47.02 g; Błonnik pok.: 48.75 g; Sól: 10.96 g;		Wartość energetyczna: 2362.50 kcal; Białko ogółem: 81.14 g; Tłuszcz: 69.44 g; Kw. tł. nasy.: 32.15 g; Węglowodany ogółem: 363.92 g; W tym cukry: 89.89 g; Błonnik pok.: 40.32 g; Sól: 8.08 g;	

2026-03-12 czwartek		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska	
	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Serek Fromage 50 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Brokuł gotowany* 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Sałata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Brokuł gotowany* 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Sałata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek Fromage 70 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Brokuł gotowany* 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Sałata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Brokuł gotowany* 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Sałata zielona 20 g	Mleko 200 ml (<u>MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Brokuł gotowany* 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Dżem 30 g Serek Fromage 70 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Brokuł gotowany* 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	
	II ŚN	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Filet z kurczaka gotowany 30 g Sałata zielona 5 g		
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Bitka schabowa duszona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml			Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bitka schabowa duszona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml		Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 300 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	PD						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pasta drobiowo-warzywana z udźca kurczaka* 50 g (<u>SEL,</u>) Buraczki gotowane plastry 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	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% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pasta drobiowo-warzywana z udźca kurczaka* 50 g (<u>SEL,</u>) Sałata zielona 20 g Buraczki gotowane plastry 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasztet z fasoli* 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Pasta drobiowo-warzywana z udźca kurczaka* 70 g (<u>SEL,</u>) Buraczki gotowane plastry 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pasta drobiowo-warzywana z udźca kurczaka* 70 g (<u>SEL,</u>) Sałata zielona 20 g Buraczki gotowane plastry 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasztet z fasoli* 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Pasta drobiowo-warzywana z udźca kurczaka* 70 g (<u>SEL,</u>) Buraczki gotowane plastry 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasztet z fasoli* 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Sałata zielona 20 g Buraczki gotowane plastry 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	
	PN	Ciasto drożdżowe b/c 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)					Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Schab gotowany 40 g	Ciasto drożdżowe b/c 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)
	Wartość energetyczna: 2605.11 kcal; Białko ogółem: 122.78 g; Tłuszcz: 84.86 g; Kw. tł. nasy.: 43.31 g; Węglowodany ogółem: 312.90 g; W tym cukry: 79.20 g; Błonnik pok.: 23.79 g; Sól: 7.19 g;	Wartość energetyczna: 2540.11 kcal; Białko ogółem: 128.13 g; Tłuszcz: 71.66 g; Kw. tł. nasy.: 32.19 g; Węglowodany ogółem: 318.50 g; W tym cukry: 78.20 g; Błonnik pok.: 18.19 g; Sól: 6.97 g;	Wartość energetyczna: 2833.74 kcal; Białko ogółem: 119.58 g; Tłuszcz: 95.18 g; Kw. tł. nasy.: 45.44 g; Węglowodany ogółem: 356.11 g; W tym cukry: 66.75 g; Błonnik pok.: 30.86 g; Sól: 8.36 g;	Wartość energetyczna: 2629.20 kcal; Białko ogółem: 126.22 g; Tłuszcz: 72.71 g; Kw. tł. nasy.: 30.50 g; Węglowodany ogółem: 344.99 g; W tym cukry: 64.69 g; Błonnik pok.: 21.31 g; Sól: 8.10 g;	Wartość energetyczna: 2550.72 kcal; Białko ogółem: 142.01 g; Tłuszcz: 84.25 g; Kw. tł. nasy.: 34.35 g; Węglowodany ogółem: 325.74 g; W tym cukry: 47.41 g; Błonnik pok.: 44.48 g; Sól: 8.14 g;	Wartość energetyczna: 2777.60 kcal; Białko ogółem: 90.97 g; Tłuszcz: 83.51 g; Kw. tł. nasy.: 43.45 g; Węglowodany ogółem: 397.74 g; W tym cukry: 77.14 g; Błonnik pok.: 33.61 g; Sól: 6.37 g;		

	eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska	
2026-03-13 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u> Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (<u>SOJ,</u> Twarożek 50 g (<u>MLE,</u> Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Jabłko 1 szt 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% 15 g (<u>MLE,</u> Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (<u>SOJ,</u> Twarożek 50 g (<u>MLE,</u> Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u> Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (<u>SOJ,</u> Twarożek 70 g (<u>MLE,</u> Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u> Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u> Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (<u>SOJ,</u> Twarożek 70 g (<u>MLE,</u> Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Mleko 200 ml (<u>MLE,</u> Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u> Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (<u>SOJ,</u> Twarożek 70 g (<u>MLE,</u> Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u> Miód (25g) 1 szt Twarożek 70 g (<u>MLE,</u> Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g
	II ŚN	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u> Szynekowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Sałata zielona 5 g		
	Obiad	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>)</u> 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u> Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Kotlet z ryby (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>)</u> 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u> Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB,</u> Sos ziołowy* (bez soli) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u> Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u> Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>)</u> 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u> Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Kotlet z ryby (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>)</u> 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u> Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB,</u> Sos ziołowy* (bez soli) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u> Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u> Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>)</u> 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u> Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB,</u> Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u> Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>)</u> 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u> Knedle z truskawkami* 300 g (<u>GLU PSZ,</u> Sos jogurtowy naturalny 80 g (<u>MLE,</u> Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Surówka z marchwi i jabłka z olejem 150 g
	PD				Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE,</u>)		
	Kolecja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u> Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u> Pasta z jaj z koperkiem-dieta 50 g (<u>JAJ, MLE,</u> Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,</u> Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u> Pasta z jaj z koperkiem-dieta 50 g (<u>JAJ, MLE,</u> Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,</u> Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u> Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u> Pasta z jaj z koperkiem-dieta 70 g (<u>JAJ, MLE,</u> Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,</u> Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u> Pasta z jaj z koperkiem-dieta 70 g (<u>JAJ, MLE,</u> Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,</u> Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u> Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u> Pasta z jaj z koperkiem-dieta 70 g (<u>JAJ, MLE,</u> Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,</u> Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u> Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u> Pasta z jaj z koperkiem-dieta 70 g (<u>JAJ, MLE,</u> Pasztet sojowy z pomidorami 70 g (<u>SOJ, GOR,</u> Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
PN	Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)				Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u> Filet z kurczaka gotowany 30 g	Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	
	Wartość energetyczna: 2396.21 kcal; Białko ogółem: 90.51 g; Tłuszcz: 81.89 g; Kw. tł. nasy.: 31.77 g; Węglowodany ogółem: 333.53 g; W tym cukry: 97.15 g; Błonnik pok.: 28.29 g; Sól: 9.09 g;	Wartość energetyczna: 2275.13 kcal; Białko ogółem: 96.10 g; Tłuszcz: 65.64 g; Kw. tł. nasy.: 30.40 g; Węglowodany ogółem: 332.49 g; W tym cukry: 104.74 g; Błonnik pok.: 23.50 g; Sól: 6.94 g;	Wartość energetyczna: 2596.40 kcal; Białko ogółem: 103.42 g; Tłuszcz: 85.16 g; Kw. tł. nasy.: 32.33 g; Węglowodany ogółem: 363.98 g; W tym cukry: 80.24 g; Błonnik pok.: 30.08 g; Sól: 10.50 g;	Wartość energetyczna: 2472.69 kcal; Białko ogółem: 108.90 g; Tłuszcz: 68.88 g; Kw. tł. nasy.: 30.95 g; Węglowodany ogółem: 362.36 g; W tym cukry: 87.44 g; Błonnik pok.: 25.12 g; Sól: 8.33 g;	Wartość energetyczna: 2397.07 kcal; Białko ogółem: 122.82 g; Tłuszcz: 78.90 g; Kw. tł. nasy.: 35.09 g; Węglowodany ogółem: 318.22 g; W tym cukry: 53.93 g; Błonnika pok.: 42.06 g; Sól: 11.38 g;	Wartość energetyczna: 2715.00 kcal; Białko ogółem: 74.24 g; Tłuszcz: 77.00 g; Kw. tł. nasy.: 30.40 g; Węglowodany ogółem: 446.85 g; W tym cukry: 90.37 g; Błonnik pok.: 28.87 g; Sól: 8.52 g;	

		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska	
2026-03-14 sobota	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Ketchup 30 g (<u>SEL.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 2 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Cukier 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 2 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Cukier 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 120 g (<u>może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 3 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Pomidor 80 g Ketchup 30 g (<u>SEL.</u>) Sałata lodowa 20 g Cukier 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 3 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 40 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Cukier 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Mleko 200 ml (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 3 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 40 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 3 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Cukier 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	
	II ŚN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Michałowej wieprzowa wędz parzona z dod wody 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, GOR, SOJ.</u>) Sałata zielona 5 g		
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko z kurkumą 160 g Kociulek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (<u>SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko z kurkumą 160 g Potrawka drobiowa 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko z kurkumą 180 g Kociulek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (<u>SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko z kurkumą 180 g Potrawka drobiowa 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko z kurkumą 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko z kurkumą 180 g Gulasz sojowy z warzywami * 150 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	PD						Koktajl truskawkowy* b/c 100 ml (<u>MLE.</u>)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Dżem 25 g 1 szt Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 40 g (<u>SOJ.</u>) Pasta z twarogu z dżemem porzeczkowym 70 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 40 g (<u>SOJ.</u>) Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego 70 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	
PN	Ciasto drożdżowe b/c 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)					Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>)	Ciasto drożdżowe b/c 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	
		Wartość energetyczna: 2397.42 kcal; Białko ogółem: 69.06 g; Tłuszcz: 76.74 g; Kw. tł. nasy.: 36.69 g; Węglowodany ogółem: 337.81 g; W tym cukry: 93.79 g; Błonnik pok.: 27.13 g; Sól: 9.27 g;	Wartość energetyczna: 2268.18 kcal; Białko ogółem: 76.90 g; Tłuszcz: 57.72 g; Kw. tł. nasy.: 31.41 g; Węglowodany ogółem: 341.29 g; W tym cukry: 92.34 g; Błonnik pok.: 20.22 g; Sól: 6.93 g;	Wartość energetyczna: 2821.59 kcal; Białko ogółem: 89.32 g; Tłuszcz: 100.68 g; Kw. tł. nasy.: 47.59 g; Węglowodany ogółem: 370.67 g; W tym cukry: 74.72 g; Błonnik pok.: 29.25 g; Sól: 11.06 g;	Wartość energetyczna: 2519.10 kcal; Białko ogółem: 91.83 g; Tłuszcz: 66.84 g; Kw. tł. nasy.: 36.82 g; Węglowodany ogółem: 369.82 g; W tym cukry: 72.35 g; Błonnik pok.: 23.09 g; Sól: 7.81 g;	Wartość energetyczna: 2306.73 kcal; Białko ogółem: 114.76 g; Tłuszcz: 77.30 g; Kw. tł. nasy.: 40.96 g; Węglowodany ogółem: 308.05 g; W tym cukry: 39.66 g; Błonnik pok.: 42.84 g; Sól: 9.96 g;	Wartość energetyczna: 2722.72 kcal; Białko ogółem: 91.55 g; Tłuszcz: 79.10 g; Kw. tł. nasy.: 41.64 g; Węglowodany ogółem: 395.36 g; W tym cukry: 67.69 g; Błonnik pok.: 40.36 g; Sól: 7.74 g;	

eKAW- CH Podstawowa		eKAW- CH Łatwo strawna		eKAW- STO Podstawowa		eKAW- STO Łatwo strawna		eKAW- STO Cukrzycowa		eKAW- STO Wegetariańska	
2026-03-15 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>) Rzodkiew biała 80 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE</u>) Cukier 30 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>) Brokuł gotowany* 80 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE</u>) Cukier 30 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>) Brokuł gotowany* 80 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE</u>) Cukier 30 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>) Brokuł gotowany* 80 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE</u>) Cukier 30 g Sałata zielona 20 g	Mleko 200 ml (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasztet sojowy z pomidorami 70 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Rzodkiew biała 80 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE</u>) Cukier 30 g Sałata zielona 20 g				
	II ŚN	Biskopity 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JEĆZ.</u>)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 5 g					
	Obiad	Pomidorowa z zacierką* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Jajko sadzone kl M 2 szt (<u>JAJ, MLE</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml				
	PD						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml				
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Szynka Michałowej wieprzowa wędz parzona z dod wody 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, GOR, S02.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Szynka Michałowej wieprzowa wędz parzona z dod wody 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, GOR, S02.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor b/śkórki 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE</u>) Szynka Michałowej wieprzowa wędz parzona z dod wody 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, GOR, S02.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 80 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE</u>) Szynka Michałowej wieprzowa wędz parzona z dod wody 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, GOR, S02.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Dżem 30 g Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 80 g				
PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt					Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				
	Wartość energetyczna: 2058.63 kcal; Białko ogółem: 86.29 g; Tłuszcz: 71.70 g; Kw. tł. nasy.: 26.63 g; Węglowodany ogółem: 283.67 g; W tym cukry: 67.52 g; Błonnik pok.: 28.61 g; Sól: 6.54 g;	Wartość energetyczna: 2005.32 kcal; Białko ogółem: 99.50 g; Tłuszcz: 61.12 g; Kw. tł. nasy.: 26.45 g; Węglowodany ogółem: 278.79 g; W tym cukry: 69.57 g; Błonnik pok.: 21.58 g; Sól: 6.77 g;	Wartość energetyczna: 2202.13 kcal; Białko ogółem: 95.77 g; Tłuszcz: 72.56 g; Kw. tł. nasy.: 26.87 g; Węglowodany ogółem: 299.95 g; W tym cukry: 60.27 g; Błonnik pok.: 27.42 g; Sól: 7.69 g;	Wartość energetyczna: 2145.25 kcal; Białko ogółem: 108.10 g; Tłuszcz: 62.10 g; Kw. tł. nasy.: 26.70 g; Węglowodany ogółem: 296.53 g; W tym cukry: 62.68 g; Błonnik pok.: 24.05 g; Sól: 8.09 g;	Wartość energetyczna: 2197.93 kcal; Białko ogółem: 118.63 g; Tłuszcz: 69.38 g; Kw. tł. nasy.: 31.75 g; Węglowodany ogółem: 294.83 g; W tym cukry: 45.48 g; Błonnik pok.: 42.07 g; Sól: 9.42 g;	Wartość energetyczna: 2162.11 kcal; Białko ogółem: 72.26 g; Tłuszcz: 81.92 g; Kw. tł. nasy.: 32.38 g; Węglowodany ogółem: 293.91 g; W tym cukry: 71.35 g; Błonnik pok.: 31.51 g; Sól: 6.51 g;					

Oznaczenia wskaźników odż.:

*Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
- Sód,
Sól - Sól,
Potas - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
Ener z B. - % energii z białka,
Ener. z T. - % energii z tłuszczu,
Ener z W. - % energii z węglowodanów,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,*