		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Z ogr. Łatw. Przysw. Węglowodanów	eKAW- STO Wegetariańska
2026-10-26 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) 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,***) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix sałat 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix sałat 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) 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,***) Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Brokuł gotowany* 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix sałat 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Brokuł gotowany* 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix sałat 20 g	Mleko 200 ml (***MLE,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Brokuł gotowany* 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mix sałat 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) 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,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Tofu 40 g (***SOJ,***) Brokuł gotowany* 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix sałat 20 g
	II ŚN	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Sałata zielona 5 g	
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami * 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Naleśniki z serem 300 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mus z jabłek () b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami * 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron 160 g (***GLU PSZ,***) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mus z jabłek () b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Naleśniki z serem 300 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)	Dyniowa z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Mus z jabłek () b/c 150 g Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos jarzynowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Naleśniki z serem 300 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mus z jabłek () b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD					Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Kanapkowa schabowa- kiełbasa wp. gruborozdrob 50 g (***GLU PSZ, SOJ, GOR,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	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,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Kanapkowa schabowa- kiełbasa wp. gruborozdrob 50 g (***GLU PSZ, SOJ, GOR,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Kanapkowa schabowa- kiełbasa wp. gruborozdrob 50 g (***GLU PSZ, SOJ, GOR,***) Rzodkiew biała rozdrobniona z jogurtem 80 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	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,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Kanapkowa schabowa- kiełbasa wp. gruborozdrob 50 g (***GLU PSZ, SOJ, GOR,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kalafior gotowany* 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Kanapkowa schabowa- kiełbasa wp. gruborozdrob 50 g (***GLU PSZ, SOJ, GOR,***) Rzodkiew biała rozdrobniona z jogurtem 80 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Pasztet sojowy z pomidorami 70 g (***SOJ, GOR,***) Rzodkiew biała rozdrobniona z jogurtem 80 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g
	PN	Mini Crisper pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30 g 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ, może zawierać: ORZ, SEZ,***)				Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Filet z kurczaka gotowany 40 g	Mini Crisper pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30 g 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ, może zawierać: ORZ, SEZ,***)
		Wartość energetyczna: 2557.06 kcal; Białko ogółem: 96.94 g; Tłuszcz: 73.85 g; Kw. tł. nasy.: 32.40 g; Węglowodany ogółem: 398.11 g; W tym cukry: 123.77 g; Błonnik pok.: 32.76 g; Sól: 7.36 g;	Wartość energetyczna: 2264.13 kcal; Białko ogółem: 87.11 g; Tłuszcz: 61.84 g; Kw. tł. nasy.: 30.29 g; Węglowodany ogółem: 355.91 g; W tym cukry: 102.37 g; Błonnik pok.: 26.82 g; Sól: 7.39 g;	Wartość energetyczna: 2741.46 kcal; Białko ogółem: 108.48 g; Tłuszcz: 78.63 g; Kw. tł. nasy.: 33.95 g; Węglowodany ogółem: 428.13 g; W tym cukry: 109.58 g; Błonnik pok.: 40.68 g; Sól: 8.91 g;	Wartość energetyczna: 2338.49 kcal; Białko ogółem: 92.71 g; Tłuszcz: 62.33 g; Kw. tł. nasy.: 31.48 g; Węglowodany ogółem: 369.56 g; W tym cukry: 87.68 g; Błonnik pok.: 27.95 g; Sól: 9.01 g;	Wartość energetyczna: 2347.63 kcal; Białko ogółem: 126.73 g; Tłuszcz: 78.91 g; Kw. tł. nasy.: 36.15 g; Węglowodany ogółem: 331.68 g; W tym cukry: 40.93 g; Błonnik pok.: 52.84 g; Sól: 10.02 g;	Wartość energetyczna: 2747.76 kcal; Białko ogółem: 94.75 g; Tłuszcz: 90.80 g; Kw. tł. nasy.: 34.03 g; Węglowodany ogółem: 413.30 g; W tym cukry: 110.08 g; Błonnik pok.: 37.64 g; Sól: 7.44 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-26 do dnia 2026-11-08 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Z ogr. Łatw. Przysw. Węglowodanów	eKAW- STO Wegetariańska
2026-10-27 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (***GLU PSZ, 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,***) Ser mozzarella kulki 50 g (***MLE,***) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Rukola 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Ser mozzarella kulki 50 g (***MLE,***) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Pomidor 80 g Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Rukola 20 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Ser mozzarella kulki 70 g (***MLE,***) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 40 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Rukola 20 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, 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,***) Ser mozzarella kulki 70 g (***MLE,***) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 40 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Rukola 20 g	Mleko 200 ml (***MLE,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Ser mozzarella kulki 70 g (***MLE,***) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 40 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Rukola 20 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Ser mozzarella kulki 70 g (***MLE,***) Twarożek z koperkiem 70 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Rukola 20 g
	II ŚN	Gruszka 150 g	Banan 150 g			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Sałata zielona 5 g	
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 160 g Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (***GLU PSZ,***) Sos meksykański 80 g (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami* 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko 160 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (***GLU PSZ,***) Sos meksykański 80 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (***GLU PSZ,***) Sos meksykański 80 g (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)	
	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,***) Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 40 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 40 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 40 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 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,***) Hummus z ciecierzycy 70 g Pasta z groszku zielonego b/ml 70 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g
	PN	Krakersy 30 g (***GLU PSZ, JAJ, GLU JĘCZ,***)		Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Schab gotowany 30 g	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2462.44 kcal; Białko ogółem: 103.72 g; Tłuszcz: 89.12 g; Kw. tł. nasy.: 34.14 g; Węglowodany ogółem: 332.78 g; W tym cukry: 77.04 g; Błonnik pok.: 31.14 g; Sól: 8.18 g;	Wartość energetyczna: 2461.62 kcal; Białko ogółem: 104.11 g; Tłuszcz: 79.25 g; Kw. tł. nasy.: 33.47 g; Węglowodany ogółem: 346.39 g; W tym cukry: 90.73 g; Błonnik pok.: 20.96 g; Sól: 7.64 g;	Wartość energetyczna: 2603.15 kcal; Białko ogółem: 117.83 g; Tłuszcz: 87.14 g; Kw. tł. nasy.: 37.88 g; Węglowodany ogółem: 355.12 g; W tym cukry: 83.61 g; Błonnik pok.: 25.56 g; Sól: 9.72 g;	Wartość energetyczna: 2584.75 kcal; Białko ogółem: 117.85 g; Tłuszcz: 82.42 g; Kw. tł. nasy.: 37.50 g; Węglowodany ogółem: 358.40 g; W tym cukry: 82.73 g; Błonnik pok.: 21.17 g; Sól: 8.79 g;	Wartość energetyczna: 2766.45 kcal; Białko ogółem: 140.83 g; Tłuszcz: 107.02 g; Kw. tł. nasy.: 46.06 g; Węglowodany ogółem: 351.98 g; W tym cukry: 55.06 g; Błonnik pok.: 47.00 g; Sól: 10.45 g;	Wartość energetyczna: 2544.59 kcal; Białko ogółem: 85.21 g; Tłuszcz: 82.27 g; Kw. tł. nasy.: 34.27 g; Węglowodany ogółem: 389.58 g; W tym cukry: 91.33 g; Błonnik pok.: 38.32 g; Sól: 7.74 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-26 do dnia 2026-11-08 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Z ogr. Łatw. Przysw. Węglowodanów	eKAW- STO Wegetariańska
2026-10-28 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (***MLE,***) 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,***) Ser żółty 30 g (***MLE,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (***MLE,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) 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,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Ser żółty 40 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 70 g (***MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Sałata zielona 20 g	Mleko 200 ml (***MLE,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 70 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) 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,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 70 g (***MLE,***) Dżem 30 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN	Koktajl truskawkowy* 200 ml (***MLE,***)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Schab gotowany 40 g Sałata zielona 5 g	
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami * 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, S02,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Kotlet pożarski-drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Surówka z marchwi z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, S02,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Kotlet pożarski-drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Surówka z marchwi z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy (bez glutenu, bez mleka)* 80 ml Surówka z marchwi z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, S02,***) Pierogi ukraińskie * 300 g (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z marchwi z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD					Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 50 g (***RYB, SEL,***) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 50 g (***RYB, SEL,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 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,***) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 70 g (***RYB, SEL,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (***SOJ,***) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (***SOJ,***) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 70 g (***RYB, SEL,***) Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 70 g (***RYB, SEL,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (***SOJ,***) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata lodowa 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,***) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 70 g (***RYB, SEL,***) Pasztet sojowy z pomidorami 70 g (***SOJ, GOR,***) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata lodowa 20 g
	PN	Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***)				Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***)	Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2454.81 kcal; Białko ogółem: 93.64 g; Tłuszcz: 87.04 g; Kw. tł. nasy.: 34.65 g; Węglowodany ogółem: 347.60 g; W tym cukry: 85.33 g; Błonnik pok.: 28.63 g; Sól: 8.18 g;	Wartość energetyczna: 2211.71 kcal; Białko ogółem: 91.36 g; Tłuszcz: 66.45 g; Kw. tł. nasy.: 27.72 g; Węglowodany ogółem: 329.69 g; W tym cukry: 85.39 g; Błonnik pok.: 25.44 g; Sól: 7.44 g;	Wartość energetyczna: 2560.23 kcal; Białko ogółem: 101.63 g; Tłuszcz: 91.05 g; Kw. tł. nasy.: 36.49 g; Węglowodany ogółem: 363.03 g; W tym cukry: 71.86 g; Błonnik pok.: 33.20 g; Sól: 9.58 g;	Wartość energetyczna: 2317.42 kcal; Białko ogółem: 100.91 g; Tłuszcz: 67.94 g; Kw. tł. nasy.: 27.57 g; Węglowodany ogółem: 344.14 g; W tym cukry: 71.50 g; Błonnik pok.: 26.57 g; Sól: 8.54 g;	Wartość energetyczna: 2231.24 kcal; Białko ogółem: 115.43 g; Tłuszcz: 73.62 g; Kw. tł. nasy.: 31.42 g; Węglowodany ogółem: 326.22 g; W tym cukry: 42.57 g; Błonnik pok.: 43.58 g; Sól: 11.88 g;	Wartość energetyczna: 2598.51 kcal; Białko ogółem: 81.01 g; Tłuszcz: 91.00 g; Kw. tł. nasy.: 36.53 g; Węglowodany ogółem: 392.62 g; W tym cukry: 82.78 g; Błonnik pok.: 33.85 g; Sól: 6.09 g;

		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Z ogr. Łatw. Przysw. Węglowodanów	eKAW- STO Wegetariańska
2026-10-29 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix sałat 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) 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,***) Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix sałat 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 70 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix sałat 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) 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,***) Serek homo. naturalny 70 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix sałat 20 g	Mleko 200 ml (***MLE,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 70 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mix sałat 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Tofu 40 g (***SOJ,***) Pasta z twarogu waniliowa 70 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix sałat 20 g
	II ŚN	Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g (***MLE,***)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (***może zawierać: MLE, GOR,***) Sałata zielona 5 g	
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Fasolka po bretońsku 300 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałatka szwedzka z olejem b/c 150 g (***GOR,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia grillowana z ziołami* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Fasolka po bretońsku 300 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Sałatka szwedzka z olejem b/c 150 g (***GOR,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia grillowana z ziołami* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kasza gryczana 180 g Bitka schabowa duszona 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka szwedzka z olejem b/c 150 g (***GOR,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Fasolka po bretońsku wegetariańska 300 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Sałatka szwedzka z olejem b/c 150 g (***GOR,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD					Jabłko 150 g	
	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,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Filet z kurczaka gotowany 30 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Filet z kurczaka gotowany 30 g Pomidor 80 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,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałatka jarzynowa* 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (***MLE, SEL,***) Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (***MLE, SEL,***) Pomidor 80 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,***) Ser mozzarella kulki 70 g (***MLE,***) Sałatka jarzynowa* 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Wafle ryżowe 30 g				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 40 g	Wafle ryżowe 30 g
		Wartość energetyczna: 2301.64 kcal; Białko ogółem: 92.16 g; Tłuszcz: 68.11 g; Kw. tł. nasy.: 27.81 g; Węglowodany ogółem: 354.16 g; W tym cukry: 62.71 g; Błonnik pok.: 34.00 g; Sól: 9.84 g;	Wartość energetyczna: 2256.89 kcal; Białko ogółem: 93.67 g; Tłuszcz: 67.01 g; Kw. tł. nasy.: 26.15 g; Węglowodany ogółem: 334.94 g; W tym cukry: 60.89 g; Błonnik pok.: 23.29 g; Sól: 6.41 g;	Wartość energetyczna: 2478.98 kcal; Białko ogółem: 94.80 g; Tłuszcz: 79.42 g; Kw. tł. nasy.: 29.68 g; Węglowodany ogółem: 375.04 g; W tym cukry: 67.96 g; Błonnik pok.: 39.37 g; Sól: 11.73 g;	Wartość energetyczna: 2366.88 kcal; Białko ogółem: 96.39 g; Tłuszcz: 71.06 g; Kw. tł. nasy.: 27.16 g; Węglowodany ogółem: 355.18 g; W tym cukry: 67.43 g; Błonnik pok.: 28.71 g; Sól: 8.04 g;	Wartość energetyczna: 2488.90 kcal; Białko ogółem: 128.31 g; Tłuszcz: 83.05 g; Kw. tł. nasy.: 32.35 g; Węglowodany ogółem: 350.23 g; W tym cukry: 52.87 g; Błonnik pok.: 47.64 g; Sól: 11.94 g;	Wartość energetyczna: 2507.72 kcal; Białko ogółem: 93.53 g; Tłuszcz: 80.29 g; Kw. tł. nasy.: 35.82 g; Węglowodany ogółem: 381.34 g; W tym cukry: 72.68 g; Błonnik pok.: 40.91 g; Sól: 9.69 g;

		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Z ogr. Łatw. Przysw. Węglowodanów	eKAW- STO Wegetariańska
2026-10-30 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) 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,***) Dżem 30 g Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Rukola 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Dżem 30 g Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Rukola 20 g	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) 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 Twaróg półtłusty 70 g (***MLE,***) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Rukola 20 g	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Dżem 30 g Twaróg półtłusty 70 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Rukola 20 g	Mleko 200 ml (***MLE,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (***SOJ,***) Twaróg półtłusty 70 g (***MLE,***) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Rukola 20 g	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) 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,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Rukola 20 g
	II ŚN	Herbatniki Be Be 16g 2 szt (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ,***)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Sałata zielona 5 g	
	Obiad	Szpinakowa z zacierką * 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Ryba smażona (Miruna) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką * 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pulpet rybno-warzywny* (Miruna) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,***) Sos cytrynowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryba smażona (Miruna) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Pulpet rybno-warzywny* (Miruna) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,***) Sos cytrynowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z makaronem pełnoziarnistym (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Pulpet rybno-warzywny* (Miruna) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,***) Sos cytrynowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Leczo wegetariańskie z ciecierzycą 300 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD					Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (***JAJ, MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jabłko 150 g	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,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (***JAJ, MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jabłko 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (***SOJ,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 70 g (***JAJ, MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jabłko 150 g	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,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (***SOJ,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 70 g (***JAJ, MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jabłko 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (***SOJ,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 70 g (***JAJ, MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jabłko 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 70 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 70 g (***JAJ, MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jabłko 150 g
	PN	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)				Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***)	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)
		Wartość energetyczna: 2253.00 kcal; Białko ogółem: 88.19 g; Tłuszcz: 70.74 g; Kw. tł. nasy.: 28.44 g; Węglowodany ogółem: 333.37 g; W tym cukry: 101.71 g; Błonnik pok.: 27.09 g; Sól: 6.55 g;	Wartość energetyczna: 2203.76 kcal; Białko ogółem: 82.16 g; Tłuszcz: 64.86 g; Kw. tł. nasy.: 28.00 g; Węglowodany ogółem: 334.88 g; W tym cukry: 100.22 g; Błonnik pok.: 23.84 g; Sól: 6.82 g;	Wartość energetyczna: 2404.08 kcal; Białko ogółem: 101.96 g; Tłuszcz: 73.45 g; Kw. tł. nasy.: 29.37 g; Węglowodany ogółem: 353.91 g; W tym cukry: 99.93 g; Błonnik pok.: 29.50 g; Sól: 7.72 g;	Wartość energetyczna: 2354.84 kcal; Białko ogółem: 95.93 g; Tłuszcz: 67.57 g; Kw. tł. nasy.: 28.93 g; Węglowodany ogółem: 355.43 g; W tym cukry: 98.43 g; Błonnik pok.: 26.25 g; Sól: 7.99 g;	Wartość energetyczna: 2322.87 kcal; Białko ogółem: 116.99 g; Tłuszcz: 78.43 g; Kw. tł. nasy.: 33.93 g; Węglowodany ogółem: 330.58 g; W tym cukry: 58.15 g; Błonnik pok.: 43.72 g; Sól: 11.13 g;	Wartość energetyczna: 2416.74 kcal; Białko ogółem: 88.33 g; Tłuszcz: 85.15 g; Kw. tł. nasy.: 41.80 g; Węglowodany ogółem: 346.56 g; W tym cukry: 97.25 g; Błonnik pok.: 31.43 g; Sól: 6.99 g;

		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Z ogr. Łatw. Przysw. Węglowodanów	eKAW- STO Wegetariańska
2026-10-31 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) 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,***) Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 60 g (***może zawierać: MLE, SEL, GOR,***) Ser żółty 30 g (***MLE,***) Ketchup 30 g (***SEL,***) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix sałat 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Ser mozzarella kulki 50 g (***MLE,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix sałat 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) 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,***) Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 120 g (***może zawierać: MLE, SEL, GOR,***) Ser żółty 40 g (***MLE,***) Ketchup 30 g (***SEL,***) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix sałat 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Ser mozzarella kulki 70 g (***MLE,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix sałat 20 g	Mleko 200 ml (***MLE,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Ser mozzarella kulki 70 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mix sałat 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) 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,***) Hummus 70 g (***SEZ,***) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix sałat 20 g
	II ŚN	Banan 150 g				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Ser żółty 40 g (***MLE,***) Sałata zielona 5 g	
	Obiad	Koperkowa z ryżem * 300 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml		Koperkowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml		Koperkowa z ryżem brązowym* 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Knedle z truskawkami * 300 g (***GLU PSZ,***) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (***MLE,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD					Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (***SOJ,***) Pasztet z soczewicy* 50 g (***JAJ,***) Sałatka wiosenna - diety 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (***SOJ,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Buraczki gotowane plastry 80 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,***) Pasztet z soczewicy* 70 g (***JAJ,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Sałatka wiosenna - diety 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (***SOJ,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Buraczki gotowane plastry 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (***SOJ,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Sałatka wiosenna - diety 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 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,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Pasztet z soczewicy* 70 g (***JAJ,***) Sałatka wiosenna - diety 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g
	PN	Biszkopty 30 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,***)		Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (***może zawierać: MLE, GOR,***)	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
		Wartość energetyczna: 2539.20 kcal; Białko ogółem: 91.69 g; Tłuszcz: 96.15 g; Kw. tł. nasy.: 39.00 g; Węglowodany ogółem: 355.96 g; W tym cukry: 108.89 g; Błonnik pok.: 32.43 g; Sól: 9.65 g;	Wartość energetyczna: 2222.80 kcal; Białko ogółem: 86.62 g; Tłuszcz: 73.64 g; Kw. tł. nasy.: 36.50 g; Węglowodany ogółem: 327.98 g; W tym cukry: 102.97 g; Błonnik pok.: 25.20 g; Sól: 8.15 g;	Wartość energetyczna: 2873.27 kcal; Białko ogółem: 100.10 g; Tłuszcz: 119.41 g; Kw. tł. nasy.: 49.81 g; Węglowodany ogółem: 379.63 g; W tym cukry: 77.59 g; Błonnik pok.: 39.65 g; Sól: 11.26 g;	Wartość energetyczna: 2384.96 kcal; Białko ogółem: 97.80 g; Tłuszcz: 79.09 g; Kw. tł. nasy.: 40.21 g; Węglowodany ogółem: 340.17 g; W tym cukry: 70.81 g; Błonnik pok.: 28.04 g; Sól: 9.91 g;	Wartość energetyczna: 2453.43 kcal; Białko ogółem: 124.73 g; Tłuszcz: 98.75 g; Kw. tł. nasy.: 52.01 g; Węglowodany ogółem: 310.61 g; W tym cukry: 42.62 g; Błonnik pok.: 43.72 g; Sól: 11.41 g;	Wartość energetyczna: 2864.72 kcal; Białko ogółem: 88.35 g; Tłuszcz: 93.64 g; Kw. tł. nasy.: 33.42 g; Węglowodany ogółem: 450.01 g; W tym cukry: 80.61 g; Błonnik pok.: 34.12 g; Sól: 8.21 g;

		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Z ogr. Łatw. Przysw. Węglowodanów	eKAW- STO Wegetariańska
2026-11-01 niedziela	Śniadanie	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,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Mix sałat 20 g Śliwka szt 2 szt Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***) Cukier 25 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Mix sałat 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***) Cukier 25 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,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Mix sałat 20 g Pasta warzywna* 80 g (***SEL,***) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***) Cukier 25 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Mix sałat 20 g Pasta warzywna* 80 g (***SEL,***) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***) Cukier 25 g	Mleko 200 ml (***MLE,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Mix sałat 20 g Pasta warzywna* 80 g (***SEL,***)	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,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Dżem 30 g Mix sałat 20 g Pasta warzywna* 80 g (***SEL,***) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***) Cukier 25 g
	II ŚN	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (***MLE,***)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Sałata zielona 5 g	
	Obiad	Rosół z makaronem * 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Udziec z kurczaka pieczony b/k b/s 100 g Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Udziec z kurczaka pieczony b/k b/s 100 g Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Udziec z kurczaka pieczony b/k b/s 100 g Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Udziec z kurczaka pieczony b/k b/s 100 g Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem pełnoziarnistym* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Udziec z kurczaka pieczony b/k b/s 100 g Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Kotlety sojowe panierowane 100 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD					Jabłko 150 g	
	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,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (***MLE,***) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (***MLE,***) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (***MLE,***) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (***MLE,***) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 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,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (***MLE,***) Hummus z ciecierzycy 70 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Chałka 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)				Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (***SOJ,***)	Chałka 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2153.63 kcal; Białko ogółem: 100.53 g; Tłuszcz: 69.66 g; Kw. tł. nasy.: 31.08 g; Węglowodany ogółem: 303.81 g; W tym cukry: 88.05 g; Błonnik pok.: 25.36 g; Sól: 6.67 g;	Wartość energetyczna: 2141.43 kcal; Białko ogółem: 104.48 g; Tłuszcz: 62.48 g; Kw. tł. nasy.: 30.58 g; Węglowodany ogółem: 303.27 g; W tym cukry: 88.43 g; Błonnik pok.: 19.39 g; Sól: 6.72 g;	Wartość energetyczna: 2249.01 kcal; Białko ogółem: 110.42 g; Tłuszcz: 73.94 g; Kw. tł. nasy.: 30.80 g; Węglowodany ogółem: 306.15 g; W tym cukry: 63.29 g; Błonnik pok.: 25.40 g; Sól: 7.96 g;	Wartość energetyczna: 2197.11 kcal; Białko ogółem: 113.19 g; Tłuszcz: 66.63 g; Kw. tł. nasy.: 30.29 g; Węglowodany ogółem: 301.56 g; W tym cukry: 59.88 g; Błonnik pok.: 21.65 g; Sól: 8.11 g;	Wartość energetyczna: 2311.82 kcal; Białko ogółem: 119.16 g; Tłuszcz: 84.32 g; Kw. tł. nasy.: 35.48 g; Węglowodany ogółem: 318.13 g; W tym cukry: 51.52 g; Błonnik pok.: 45.70 g; Sól: 9.93 g;	Wartość energetyczna: 2349.28 kcal; Białko ogółem: 84.54 g; Tłuszcz: 79.98 g; Kw. tł. nasy.: 27.91 g; Węglowodany ogółem: 352.97 g; W tym cukry: 76.41 g; Błonnik pok.: 39.61 g; Sól: 6.17 g;

		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Z ogr. Łatw. Przysw. Węglowodanów	eKAW- STO Wegetariańska
2026-11-02 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) 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,***) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (***GLU PSZ, JAJ. SEL,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 2 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix sałat 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (***GLU PSZ, JAJ. SEL,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 2 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix sałat 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) 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,***) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (***GLU PSZ, JAJ. SEL,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 2 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix sałat 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (***GLU PSZ, JAJ. SEL,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 2 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix sałat 20 g	Mleko 200 ml (***MLE,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (***GLU PSZ, JAJ. SEL,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 2 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mix sałat 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) 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,***) Pasztet sojowy z pomidorami 70 g (***SOJ, GOR,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 2 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix sałat 20 g
	II ŚN	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (***MLE,***)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (***SOJ,***) Sałata zielona 5 g	
	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami * 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pierogi z serem* 250 g (***GLU PSZ, MLE,***) Sos jogurtowo-porzeczkowy* 80 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pierogi z serem* 250 g (***GLU PSZ, MLE,***) Sos jogurtowo-porzeczkowy* 80 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Mus z jabłek () z/c 150 g	Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pierogi z serem* 300 g (***GLU PSZ, MLE,***) Sos jogurtowy z twarogiem b/c 80 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml		Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Pulpet mięsno-warzywny* (wieprzowy) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pierogi z serem* 300 g (***GLU PSZ, MLE,***) Sos jogurtowy z twarogiem b/c 80 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD					Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Sałatka jarzynowa - dieta 100 g (***MLE, SEL,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	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,***) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Sałatka jarzynowa - dieta 100 g (***MLE, SEL,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Sałatka jarzynowa - dieta 100 g (***MLE, SEL,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	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,***) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Sałatka jarzynowa - dieta 100 g (***MLE, SEL,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Sałatka jarzynowa - dieta 100 g (***MLE, SEL,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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,***) Sałatka jarzynowa - dieta 100 g (***MLE, SEL,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt				Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Filet z kurczaka gotowany 40 g	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt
		Wartość energetyczna: 2456.61 kcal; Białko ogółem: 99.17 g; Tłuszcz: 66.47 g; Kw. tł. nasy.: 35.36 g; Węglowodany ogółem: 393.71 g; W tym cukry: 128.39 g; Błonnik pok.: 38.22 g; Sól: 5.62 g;	Wartość energetyczna: 2481.66 kcal; Białko ogółem: 99.31 g; Tłuszcz: 66.60 g; Kw. tł. nasy.: 35.28 g; Węglowodany ogółem: 392.17 g; W tym cukry: 124.67 g; Błonnik pok.: 29.45 g; Sól: 5.64 g;	Wartość energetyczna: 2674.68 kcal; Białko ogółem: 113.70 g; Tłuszcz: 70.05 g; Kw. tł. nasy.: 36.27 g; Węglowodany ogółem: 423.20 g; W tym cukry: 102.50 g; Błonnik pok.: 39.14 g; Sól: 6.38 g;	Wartość energetyczna: 2699.73 kcal; Białko ogółem: 113.83 g; Tłuszcz: 70.18 g; Kw. tł. nasy.: 36.20 g; Węglowodany ogółem: 421.66 g; W tym cukry: 98.78 g; Błonnik pok.: 30.37 g; Sól: 6.40 g;	Wartość energetyczna: 2482.92 kcal; Białko ogółem: 112.61 g; Tłuszcz: 88.34 g; Kw. tł. nasy.: 39.48 g; Węglowodany ogółem: 357.08 g; W tym cukry: 43.59 g; Błonnik pok.: 58.07 g; Sól: 9.12 g;	Wartość energetyczna: 2800.76 kcal; Białko ogółem: 104.33 g; Tłuszcz: 86.52 g; Kw. tł. nasy.: 37.15 g; Węglowodany ogółem: 427.71 g; W tym cukry: 101.80 g; Błonnik pok.: 40.40 g; Sól: 6.42 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-26 do dnia 2026-11-08 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Z ogr. Łatw. Przysw. Węglowodanów	eKAW- STO Wegetariańska
2026-11-03 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (***GLU PSZ, 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,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix sałat 20 g	Makaron na mleku 300 ml (***GLU PSZ, 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,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix sałat 20 g	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix sałat 20 g	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, 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,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Twaróg półtłusty 70 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix sałat 20 g	Mleko 200 ml (***MLE,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Twaróg półtłusty 70 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mix sałat 20 g	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Miód 30 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix sałat 20 g
	II ŚN	Śliwka 150 g	Banan 150 g			Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 5 g	
	Obiad	Grochowa z ziemniakami * 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza gryczana 160 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem 150 g Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino * 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza gryczana 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza gryczana 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto wegetariańskie z tofu * 300 g (***SOJ, SEL, GLU JĘCZ,***) Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD					Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pasztet rybny z warzywami (Łosoś) ** 50 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,***) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pasztet rybny z warzywami (Łosoś) ** 50 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 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,***) Ser mozzarella kulki 70 g (***MLE,***) Pasztet rybny z warzywami (Łosoś) ** 70 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,***) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasztet rybny z warzywami (Łosoś) ** 70 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,***) Ser mozzarella kulki 70 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasztet rybny z warzywami (Łosoś) ** 70 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,***) Ser mozzarella kulki 70 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 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,***) Ser mozzarella kulki 70 g (***MLE,***) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszonego 100 g Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g
	PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (***MLE,***) Bułka maślana b/ml 50g 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, może zawierać: SOJ, SEZ, GLU OW,***)				Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (***może zawierać: MLE, GOR,***)	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (***MLE,***) Bułka maślana b/ml 50g 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, może zawierać: SOJ, SEZ, GLU OW,***)
		Wartość energetyczna: 2762.67 kcal; Białko ogółem: 116.87 g; Tłuszcz: 77.37 g; Kw. tł. nasy.: 32.11 g; Węglowodany ogółem: 391.70 g; W tym cukry: 80.41 g; Błonnik pok.: 32.31 g; Sól: 8.27 g;	Wartość energetyczna: 2688.63 kcal; Białko ogółem: 110.78 g; Tłuszcz: 68.58 g; Kw. tł. nasy.: 31.52 g; Węglowodany ogółem: 395.87 g; W tym cukry: 90.89 g; Błonnik pok.: 24.95 g; Sól: 7.01 g;	Wartość energetyczna: 3237.12 kcal; Białko ogółem: 135.04 g; Tłuszcz: 107.28 g; Kw. tł. nasy.: 49.43 g; Węglowodany ogółem: 432.13 g; W tym cukry: 72.24 g; Błonnik pok.: 38.02 g; Sól: 10.93 g;	Wartość energetyczna: 3020.99 kcal; Białko ogółem: 133.52 g; Tłuszcz: 86.75 g; Kw. tł. nasy.: 42.50 g; Węglowodany ogółem: 416.58 g; W tym cukry: 69.42 g; Błonnik pok.: 25.91 g; Sól: 8.56 g;	Wartość energetyczna: 2787.26 kcal; Białko ogółem: 138.38 g; Tłuszcz: 102.19 g; Kw. tł. nasy.: 46.68 g; Węglowodany ogółem: 364.74 g; W tym cukry: 46.88 g; Błonnik pok.: 43.47 g; Sól: 11.04 g;	Wartość energetyczna: 2937.89 kcal; Białko ogółem: 90.61 g; Tłuszcz: 98.36 g; Kw. tł. nasy.: 44.16 g; Węglowodany ogółem: 414.30 g; W tym cukry: 80.54 g; Błonnik pok.: 43.41 g; Sól: 10.26 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-26 do dnia 2026-11-08 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Z ogr. Łatw. Przysw. Węglowodanów	eKAW- STO Wegetariańska
2026-11-04 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (***MLE,***) 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,***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (***SOJ,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Ogórek świeży 70 g	Ryż na mleku 300 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (***SOJ,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Pomidor 80 g	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) 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,***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (***SOJ,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Jabłko 150 g	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (***SOJ,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Jabłko 150 g	Mleko 200 ml (***MLE,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (***SOJ,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jabłko 150 g	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) 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,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pasztet sojowy z pomidorami 70 g (***SOJ, GOR,***) Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Jabłko 150 g
	II ŚN	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (***MLE,***)				Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata zielona 5 g	
	Obiad	Grysikowa z ziemniakami* 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g Sos bazyliowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Sałata zielona z kefirem 60 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml		Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Sos bazyliowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałata zielona z kefirem 60 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g Sos bazyliowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Sałata zielona z kefirem 60 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml		Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Placki ziemniaczane 300 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sałata zielona z kefirem 60 g (***MLE,***) Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD					Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 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,***) Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 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,***) Tofu 40 g (***SOJ,***) Hummus 70 g (***SEZ,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g
	PN	Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt		Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Schab gotowany 40 g	Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2073.62 kcal; Białko ogółem: 109.41 g; Tłuszcz: 54.46 g; Kw. tł. nasy.: 28.96 g; Węglowodany ogółem: 300.16 g; W tym cukry: 89.76 g; Błonnik pok.: 18.22 g; Sól: 6.62 g;	Wartość energetyczna: 2099.62 kcal; Białko ogółem: 110.78 g; Tłuszcz: 54.43 g; Kw. tł. nasy.: 28.97 g; Węglowodany ogółem: 300.78 g; W tym cukry: 90.50 g; Błonnik pok.: 15.46 g; Sól: 6.52 g;	Wartość energetyczna: 2149.01 kcal; Białko ogółem: 104.37 g; Tłuszcz: 55.84 g; Kw. tł. nasy.: 27.55 g; Węglowodany ogółem: 331.43 g; W tym cukry: 77.06 g; Błonnik pok.: 26.83 g; Sól: 10.20 g;	Wartość energetyczna: 2196.01 kcal; Białko ogółem: 106.97 g; Tłuszcz: 55.64 g; Kw. tł. nasy.: 27.52 g; Węglowodany ogółem: 331.33 g; W tym cukry: 76.66 g; Błonnik pok.: 20.23 g; Sól: 10.01 g;	Wartość energetyczna: 2256.83 kcal; Białko ogółem: 128.84 g; Tłuszcz: 68.55 g; Kw. tł. nasy.: 34.47 g; Węglowodany ogółem: 321.46 g; W tym cukry: 48.66 g; Błonnik pok.: 37.24 g; Sól: 10.20 g;	Wartość energetyczna: 2664.51 kcal; Białko ogółem: 71.27 g; Tłuszcz: 115.97 g; Kw. tł. nasy.: 30.81 g; Węglowodany ogółem: 356.87 g; W tym cukry: 80.94 g; Błonnik pok.: 29.21 g; Sól: 9.27 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-26 do dnia 2026-11-08 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Z ogr. Łatw. Przysw. Węglowodanów	eKAW- STO Wegetariańska
2026-11-05 czwartek	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,***) Ser mozzarella kulki 50 g (***MLE,***) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (***może zawierać: MLE, GOR,***) Słupki z warzyw () 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Rukola 20 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,***) Ser mozzarella kulki 50 g (***MLE,***) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (***może zawierać: MLE, GOR,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Rukola 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,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (***może zawierać: MLE, GOR,***) Ser mozzarella kulki 70 g (***MLE,***) Pasta warzywna* 80 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Rukola 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,***) Ser mozzarella kulki 70 g (***MLE,***) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (***może zawierać: MLE, GOR,***) Pasta warzywna* 80 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Rukola 20 g	Mleko 200 ml (***MLE,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Ser mozzarella kulki 70 g (***MLE,***) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (***może zawierać: MLE, GOR,***) Pasta warzywna* 80 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Rukola 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,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Ser mozzarella kulki 70 g (***MLE,***) Serek Fromage 70 g (***GLU PSZ, MLE,***) Pasta warzywna* 80 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Rukola 20 g
	II ŚN	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Twarożek 40 g (***MLE,***) Sałata zielona 5 g	
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Łazanki z kapustą i mięsem drob z udźca 300 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 160 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Łazanki z kapustą i mięsem drob z udźca 300 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 180 g (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 180 g (***GLU PSZ,***) Łopatka wieprzowa pieczona 100 g Sos jarzynowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron z warzywami i serem żółtym* 300 g (***GLU PSZ, MLE,***) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD					Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (***MLE,***) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 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,***) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (***MLE,***) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (***MLE,***) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 40 g Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 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,***) Pasztet z soczewicy () 70 g (***JAJ,***) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g
	PN	Herbatniki 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***)		Ciasto drożdżowe b/c 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***)		Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Schab gotowany 40 g	Ciasto drożdżowe b/c 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***)
		Wartość energetyczna: 2282.29 kcal; Białko ogółem: 96.03 g; Tłuszcz: 78.14 g; Kw. tł. nasy.: 36.53 g; Węglowodany ogółem: 312.08 g; W tym cukry: 75.51 g; Błonnik pok.: 26.14 g; Sól: 7.85 g;	Wartość energetyczna: 2327.87 kcal; Białko ogółem: 98.17 g; Tłuszcz: 73.13 g; Kw. tł. nasy.: 34.49 g; Węglowodany ogółem: 330.33 g; W tym cukry: 81.37 g; Błonnik pok.: 22.14 g; Sól: 7.07 g;	Wartość energetyczna: 2645.16 kcal; Białko ogółem: 110.07 g; Tłuszcz: 84.72 g; Kw. tł. nasy.: 38.89 g; Węglowodany ogółem: 350.65 g; W tym cukry: 72.57 g; Błonnik pok.: 32.70 g; Sól: 9.76 g;	Wartość energetyczna: 2741.99 kcal; Białko ogółem: 117.60 g; Tłuszcz: 82.41 g; Kw. tł. nasy.: 37.45 g; Węglowodany ogółem: 365.40 g; W tym cukry: 67.64 g; Błonnik pok.: 24.97 g; Sól: 9.07 g;	Wartość energetyczna: 2583.63 kcal; Białko ogółem: 148.55 g; Tłuszcz: 90.66 g; Kw. tł. nasy.: 45.74 g; Węglowodany ogółem: 334.32 g; W tym cukry: 47.47 g; Błonnik pok.: 45.70 g; Sól: 9.48 g;	Wartość energetyczna: 2941.54 kcal; Białko ogółem: 98.87 g; Tłuszcz: 109.47 g; Kw. tł. nasy.: 56.69 g; Węglowodany ogółem: 380.98 g; W tym cukry: 72.17 g; Błonnik pok.: 31.68 g; Sól: 8.03 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-26 do dnia 2026-11-08 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Z ogr. Łatw. Przysw. Węglowodanów	eKAW- STO Wegetariańska
2026-11-06 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) 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,***) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (***SOJ,***) Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Sałata zielona 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (***SOJ,***) Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Sałata zielona 20 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) 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,***) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 40 g (***SOJ,***) Serek homo. naturalny 70 g (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Sałata zielona 20 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 40 g (***SOJ,***) Serek homo. naturalny 70 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Sałata zielona 20 g	Mleko 200 ml (***MLE,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 70 g (***MLE,***) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 40 g (***SOJ,***) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) 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,***) Serek homo. naturalny 70 g (***MLE,***) Dżem 30 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Schab gotowany 40 g Sałata zielona 5 g	
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem * 300 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 100 g (***RYB,***) Sos majerankowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka żydowska z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 300 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 100 g (***RYB,***) Sos majerankowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Warzywa po grecku* 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 100 g (***RYB,***) Sos majerankowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka żydowska z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 100 g (***RYB,***) Sos majerankowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Warzywa po grecku* 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem brązowym * 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 100 g (***RYB,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Sos majerankowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka żydowska z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 100 g (***RYB,***) Sos majerankowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka żydowska z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD					Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (***JAJ, MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mix sałat 20 g	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,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (***JAJ, MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mix sałat 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 70 g (***JAJ, MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mix sałat 20 g	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,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 70 g (***JAJ, MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mix sałat 20 g	Chleb żytni razowy 70 g (***GLU ŻYT,***) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 70 g (***JAJ, MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mix sałat 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 70 g (***JAJ, MLE,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mix sałat 20 g
	PN	Biszkopty 30 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,***)		Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
		Wartość energetyczna: 1978.62 kcal; Białko ogółem: 88.27 g; Tłuszcz: 57.51 g; Kw. tł. nasy.: 24.11 g; Węglowodany ogółem: 301.67 g; W tym cukry: 85.42 g; Błonnik pok.: 24.76 g; Sól: 8.31 g;	Wartość energetyczna: 2054.40 kcal; Białko ogółem: 90.64 g; Tłuszcz: 55.51 g; Kw. tł. nasy.: 23.96 g; Węglowodany ogółem: 318.06 g; W tym cukry: 90.54 g; Błonnik pok.: 21.27 g; Sól: 7.53 g;	Wartość energetyczna: 2253.62 kcal; Białko ogółem: 105.31 g; Tłuszcz: 62.69 g; Kw. tł. nasy.: 26.23 g; Węglowodany ogółem: 337.50 g; W tym cukry: 72.50 g; Błonnik pok.: 29.77 g; Sól: 10.23 g;	Wartość energetyczna: 2329.39 kcal; Białko ogółem: 107.68 g; Tłuszcz: 60.69 g; Kw. tł. nasy.: 26.08 g; Węglowodany ogółem: 353.89 g; W tym cukry: 77.61 g; Błonnik pok.: 26.28 g; Sól: 9.45 g;	Wartość energetyczna: 2207.86 kcal; Białko ogółem: 121.67 g; Tłuszcz: 73.85 g; Kw. tł. nasy.: 31.70 g; Węglowodany ogółem: 299.80 g; W tym cukry: 48.89 g; Błonnik pok.: 38.11 g; Sól: 13.72 g;	Wartość energetyczna: 2236.01 kcal; Białko ogółem: 91.15 g; Tłuszcz: 62.30 g; Kw. tł. nasy.: 28.07 g; Węglowodany ogółem: 348.62 g; W tym cukry: 83.12 g; Błonnik pok.: 30.01 g; Sól: 7.60 g;

		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Z ogr. Łatw. Przysw. Węglowodanów	eKAW- STO Wegetariańska
2026-11-07 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) 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,***) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 30 g (***SOJ, SEL,***) Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 60 g (***może zawierać: MLE, SEL, GOR,***) Ketchup 30 g (***SEL,***) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Sałata lodowa 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 30 g (***SOJ, SEL,***) Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Pomidor 80 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) 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,***) Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 120 g (***może zawierać: MLE, SEL, GOR,***) Ketchup 30 g (***SEL,***) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Sałata lodowa 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Pasta z brokuła * 80 g	Mleko 200 ml (***MLE,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata lodowa 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) 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,***) Tofu 40 g (***SOJ,***) Ser żółty 40 g (***MLE,***) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Sałata lodowa 20 g
	II ŚN	Herbatniki 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Filet z kurczaka gotowany 40 g Sałata zielona 5 g	
	Obiad	Selerowa z ziemniakami * 300 ml (***MLE, SEL,***) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (***GLU JĘCZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 300 ml (***MLE, SEL,***) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (***GLU JĘCZ,***) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (***MLE, SEL,***) Gulasz z żołądków drobiowych* 150 g (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza gryczana 180 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (***MLE, SEL,***) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza gryczana 180 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza gryczana 180 g Gulasz z soczewicy i papryki () 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Buraczki gotowane 150 g
	PD					Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny z olejem 100 g (***SEL,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g Sałata zielona 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,***) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny z olejem 100 g (***SEL,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny z olejem 100 g (***SEL,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Sałatka z ryżu brązowego, brokułów i wędliny z olejem 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g Sałata zielona 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,***) Twaróg półtłusty 70 g (***MLE,***) Sałatka z brokułem,ciecierzycą,pestkami słonecznika i koperkiem 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt				Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 40 g (***SOJ,***)	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt
		Wartość energetyczna: 2399.17 kcal; Białko ogółem: 78.68 g; Tłuszcz: 89.95 g; Kw. tł. nasy.: 30.93 g; Węglowodany ogółem: 345.77 g; W tym cukry: 95.80 g; Błonnik pok.: 29.43 g; Sól: 9.14 g;	Wartość energetyczna: 2228.79 kcal; Białko ogółem: 75.33 g; Tłuszcz: 75.04 g; Kw. tł. nasy.: 28.32 g; Węglowodany ogółem: 337.94 g; W tym cukry: 90.66 g; Błonnik pok.: 25.57 g; Sól: 6.89 g;	Wartość energetyczna: 2732.73 kcal; Białko ogółem: 94.35 g; Tłuszcz: 109.48 g; Kw. tł. nasy.: 38.60 g; Węglowodany ogółem: 370.25 g; W tym cukry: 93.05 g; Błonnik pok.: 36.09 g; Sól: 10.89 g;	Wartość energetyczna: 2464.09 kcal; Białko ogółem: 86.10 g; Tłuszcz: 83.76 g; Kw. tł. nasy.: 30.46 g; Węglowodany ogółem: 362.65 g; W tym cukry: 86.78 g; Błonnik pok.: 30.25 g; Sól: 8.89 g;	Wartość energetyczna: 2495.17 kcal; Białko ogółem: 121.20 g; Tłuszcz: 94.01 g; Kw. tł. nasy.: 38.12 g; Węglowodany ogółem: 340.06 g; W tym cukry: 46.29 g; Błonnik pok.: 46.30 g; Sól: 9.80 g;	Wartość energetyczna: 2484.83 kcal; Białko ogółem: 93.27 g; Tłuszcz: 81.54 g; Kw. tł. nasy.: 35.00 g; Węglowodany ogółem: 377.74 g; W tym cukry: 91.60 g; Błonnik pok.: 40.71 g; Sól: 6.59 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-26 do dnia 2026-11-08 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Z ogr. Łatw. Przysw. Węglowodanów	eKAW- STO Wegetariańska
2026-11-08 niedziela	Śniadanie	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,***) Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***) Cukier 25 g Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata lodowa 20 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***) Cukier 25 g Pomidor 80 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,***) Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Banan 150 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***) Cukier 25 g Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata lodowa 20 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***) Cukier 25 g Banan 150 g	Mleko 200 ml (***MLE,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***) Sałata lodowa 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,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Hummus z ciecierzycy 70 g Banan 150 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***) Cukier 25 g Sałata lodowa 20 g
	II ŚN	Gruszka 1szt. 150 g	Jabłko 1 szt 1 szt			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata zielona 5 g	
	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Befsztyk mielony wieprzowy z cebulką 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pieczeniowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Mizeria 150 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Bitka schabowa duszona 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pieczeniowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Befsztyk mielony wieprzowy z cebulką 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pieczeniowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Mizeria 150 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bitka schabowa duszona 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pieczeniowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bitka schabowa duszona 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pieczeniowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Mizeria 150 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Zapiekanka z ziemników i warzyw* 350 g (***JAJ, MLE, SEL,***) Mizeria 150 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	PD					Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Papryka świeża 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 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,***) Twaróg półtłusty 70 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Papryka świeża 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 70 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 70 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	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,***) Pasta z soczewicy czerwonej 70 g Twarożek z koperkiem 70 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Papryka świeża 80 g
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)				Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 40 g (***SOJ, SEL,***)	Ciasto drożdżowe 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2309.98 kcal; Białko ogółem: 92.58 g; Tłuszcz: 76.83 g; Kw. tł. nasy.: 30.78 g; Węglowodany ogółem: 304.12 g; W tym cukry: 78.97 g; Błonnik pok.: 23.54 g; Sól: 7.43 g;	Wartość energetyczna: 2210.92 kcal; Białko ogółem: 105.19 g; Tłuszcz: 62.81 g; Kw. tł. nasy.: 27.73 g; Węglowodany ogółem: 289.53 g; W tym cukry: 71.31 g; Błonnik pok.: 21.71 g; Sól: 6.34 g;	Wartość energetyczna: 2541.10 kcal; Białko ogółem: 103.50 g; Tłuszcz: 79.46 g; Kw. tł. nasy.: 31.81 g; Węglowodany ogółem: 351.50 g; W tym cukry: 92.91 g; Błonnik pok.: 27.48 g; Sól: 8.72 g;	Wartość energetyczna: 2477.54 kcal; Białko ogółem: 117.71 g; Tłuszcz: 65.04 g; Kw. tł. nasy.: 28.75 g; Węglowodany ogółem: 340.31 g; W tym cukry: 85.35 g; Błonnik pok.: 22.51 g; Sól: 7.54 g;	Wartość energetyczna: 2595.42 kcal; Białko ogółem: 140.87 g; Tłuszcz: 87.03 g; Kw. tł. nasy.: 41.17 g; Węglowodany ogółem: 356.34 g; W tym cukry: 77.10 g; Błonnik pok.: 41.52 g; Sól: 10.29 g;	Wartość energetyczna: 2582.49 kcal; Białko ogółem: 91.41 g; Tłuszcz: 79.03 g; Kw. tł. nasy.: 35.19 g; Węglowodany ogółem: 378.41 g; W tym cukry: 102.70 g; Błonnik pok.: 35.98 g; Sól: 6.38 g;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie,laskowe,pekan,nerkowce,pistacje,migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierajace gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

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 - 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,