

		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska
2026-02-02 poniedziałek	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) 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) Ser mozzarella 50 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Sałata zielona 20 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (SOJ) Ser mozzarella 50 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Sałata zielona 20 g	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU JECZ.) 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) Ser mozzarella 70 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Sałata zielona 20 g	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU JECZ.) 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) Ser mozzarella 70 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 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) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (SOJ) Ser mozzarella 70 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU JECZ.) 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 70 g (MLE) Pasta z groszku zielonego + 70 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN	Mandarynka 150 g	Banan 150 g			Chleb żytni razowy 50 g (GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 5 g	
	Obiad	Zupa jarzynowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL) Naleśniki + 2 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, SEL, GOR.) Masa serowa do makaronu + 100 g (MLE) Prażone jabłka + 80 g Surówka z marchwi b/c + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL) Makaron 180 g (GLU PSZ) Masa serowa do makaronu + 100 g (MLE) Prażone jabłka + 80 g Surówka z marchwi b/c + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Naleśniki + 2 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, SEL, GOR.) Masa serowa do makaronu + 100 g (MLE) Prażone jabłka + 80 g Surówka z marchwi b/c + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Makaron 180 g (GLU PSZ) Masa serowa do makaronu + 100 g (MLE) Prażone jabłka + 80 g Surówka z marchwi b/c + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 80 g Sos koperkowy dieta + 80 g (MLE) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ) Surówka z marchwi b/c + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Naleśniki + 2 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, SEL, GOR.) Masa serowa do makaronu + 100 g (MLE) Prażone jabłka + 80 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD					Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszena 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Paszтет drobiowy + 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, S02) Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 80 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 dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL) Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszena 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Paszтет drobiowy + 70 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, S02) Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL) Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszena 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL) Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszena 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z białek z natką pietruszki + 70 g (JAJ, MLE) Hummus + 70 g (SOJ) Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 80 g
	PN		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) Szynka delikatesowa- produkt dr. grubo rozdr. parz 30 g
		Wartość energetyczna: 2382.26 kcal; Białko ogółem: 102.60 g; Tłuszcz: 72.77 g; Kw. tł. nasy.: 29.62 g; Węglowodany ogółem: 320.49 g; W tym cukry: 94.67 g; Błonnik pok.: 28.72 g; Sól: 11.09 g;	Wartość energetyczna: 2651.41 kcal; Białko ogółem: 100.36 g; Tłuszcz: 80.89 g; Kw. tł. nasy.: 31.34 g; Węglowodany ogółem: 362.21 g; W tym cukry: 108.07 g; Błonnik pok.: 24.68 g; Sól: 9.47 g;	Wartość energetyczna: 2663.37 kcal; Białko ogółem: 121.13 g; Tłuszcz: 84.03 g; Kw. tł. nasy.: 32.02 g; Węglowodany ogółem: 347.28 g; W tym cukry: 88.02 g; Błonnik pok.: 30.47 g; Sól: 13.57 g;	Wartość energetyczna: 2902.87 kcal; Białko ogółem: 121.23 g; Tłuszcz: 95.57 g; Kw. tł. nasy.: 34.86 g; Węglowodany ogółem: 371.47 g; W tym cukry: 87.08 g; Błonnik pok.: 25.75 g; Sól: 11.60 g;	Wartość energetyczna: 2601.60 kcal; Białko ogółem: 129.41 g; Tłuszcz: 101.83 g; Kw. tł. nasy.: 37.40 g; Węglowodany ogółem: 306.34 g; W tym cukry: 52.20 g; Błonnik pok.: 41.65 g; Sól: 14.22 g;	Wartość energetyczna: 2635.90 kcal; Białko ogółem: 110.31 g; Tłuszcz: 81.78 g; Kw. tł. nasy.: 29.29 g; Węglowodany ogółem: 354.80 g; W tym cukry: 85.15 g; Błonnik pok.: 31.54 g; Sól: 11.25 g;

	eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M. 1 szt (JAJ) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Sałata zielona 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) Jajko gotowane kl M. 1 szt (JAJ) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Marchew talarki gotowane + 80 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) Jajko gotowane kl M. 1 szt (JAJ) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M. 1 szt (JAJ) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Marchew talarki gotowane + 80 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) Jajko gotowane kl M. 1 szt (JAJ) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek pomidorowy + 70 g (MLE) Jajko gotowane kl M. 1 szt (JAJ) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Sałata zielona 20 g
II ŚN	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (MLE)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twarożek pomidorowy + 30 g (MLE) Sałata zielona 5 g	
Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL) Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pomidorowy + 80 g Kasza jęczmienna/sypko 160 g (GLU JECZ.) Surówka z rzodkwi białej i jabłka + 150 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL) Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pomidorowy + 80 g Kasza jęczmienna/sypko 160 g (GLU JECZ.) Brokuł gotowany + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pomidorowy + 80 g Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Surówka z rzodkwi białej i jabłka + 150 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pomidorowy + 80 g Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Brokuł gotowany + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pomidorowy + 80 g Kasza gryczana 180 g Surówka z rzodkwi białej i jabłka + 150 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Burger z soczewicy pieczony + 100 g (GLU PSZ, MLE) Sos pomidorowy + 80 g Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Surówka z rzodkwi białej i jabłka + 150 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
PD					Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Serek ziarnisty naturalny 50 g (MLE) Pasta marchewkowo-pomidorowa + 80 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Rukola 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) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Serek ziarnisty naturalny 50 g (MLE) Pasta marchewkowo-pomidorowa + 80 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Rukola 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g Serek ziarnisty naturalny 70 g (MLE) Pasta marchewkowo-pomidorowa + 80 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Rukola 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g Serek ziarnisty naturalny 70 g (MLE) Pasta marchewkowo-pomidorowa + 80 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Rukola 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g Serek ziarnisty naturalny 70 g (MLE) Pasta marchewkowo-pomidorowa + 80 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Rukola 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Dżem 30 g Serek ziarnisty naturalny 70 g (MLE) Pasta marchewkowo-pomidorowa + 80 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Rukola 20 g
PN	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) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ.)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
	Wartość energetyczna: 2200.77 kcal; Białko ogółem: 89.05 g; Tłuszcz: 66.72 g; Kw. tł. nasy.: 32.67 g; Węglowodany ogółem: 323.56 g; W tym cukry: 105.45 g; Błonnik pok.: 30.15 g; Sól: 11.84 g;	Wartość energetyczna: 2247.71 kcal; Białko ogółem: 92.29 g; Tłuszcz: 67.14 g; Kw. tł. nasy.: 32.49 g; Węglowodany ogółem: 328.92 g; W tym cukry: 102.89 g; Błonnik pok.: 27.43 g; Sól: 10.60 g;	Wartość energetyczna: 2318.77 kcal; Białko ogółem: 96.24 g; Tłuszcz: 67.80 g; Kw. tł. nasy.: 32.28 g; Węglowodany ogółem: 345.10 g; W tym cukry: 94.06 g; Błonnik pok.: 33.92 g; Sól: 13.76 g;	Wartość energetyczna: 2359.89 kcal; Białko ogółem: 98.86 g; Tłuszcz: 68.11 g; Kw. tł. nasy.: 32.09 g; Węglowodany ogółem: 349.63 g; W tym cukry: 91.45 g; Błonnik pok.: 30.85 g; Sól: 12.51 g;	Wartość energetyczna: 2352.82 kcal; Białko ogółem: 109.76 g; Tłuszcz: 83.77 g; Kw. tł. nasy.: 39.00 g; Węglowodany ogółem: 312.89 g; W tym cukry: 47.39 g; Błonnik pok.: 47.10 g; Sól: 16.60 g;	Wartość energetyczna: 2508.27 kcal; Białko ogółem: 87.56 g; Tłuszcz: 77.24 g; Kw. tł. nasy.: 36.42 g; Węglowodany ogółem: 382.77 g; W tym cukry: 108.72 g; Błonnik pok.: 37.87 g; Sól: 12.08 g;

	eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska
Śniadanie	Platki 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.) Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 30 g (SOJ.) Pasta z mintaja gotowanego z warzywami + 50 g (RYB, SEL.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Pomidor 80 g	Platki 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.) Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 30 g (SOJ.) Pasta z mintaja gotowanego z warzywami + 50 g (RYB, SEL.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Pomidor 80 g	Platki 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.) Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 40 g (SOJ.) Pasta z mintaja gotowanego z warzywami + 70 g (RYB, SEL.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Pomidor 80 g	Platki 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.) Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 40 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Pasta z mintaja gotowanego z warzywami + 70 g (RYB, SEL.) Pomidor 80 g	Mleko 200 ml (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 40 g (SOJ.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pasta z mintaja gotowanego z warzywami + 70 g (RYB, SEL.) Pomidor 80 g	Platki 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.) Ser żółty 40 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Pomidor 80 g
II ŚN	Pomarańcza 150 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Filet z kurczaka gotowany 30 g Sałata zielona 5 g	
Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy (dieta) + 150 g Ryz na sypko (brązowy) 160 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c + 150 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy (dieta) + 150 g Ryz na sypko 160 g Szpinak gotowany z olejem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy (dieta) + 150 g Ryz na sypko (brązowy) 180 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c + 120 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy (dieta) + 150 g Ryz na sypko 180 g Szpinak gotowany z olejem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Schab pieczony cały + 80 g Sos pomidorowy + 80 g Ryz na sypko (brązowy) 180 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c + 150 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Kokosowy dhal z zeloną soczewicą + 150 g (MLE, GOR.) Ryz na sypko 180 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c + 150 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
PD					Pomarańcza 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.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałatka z makaronem pełnoziarnistym z kurczakiem i warzywami + 100 g (GLU PSZ.) Buraki gotowane słupki + 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 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 kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałatka makaronowa z warzywami i szynką dieta + 100 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Buraki gotowane słupki + 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałatka z makaronem pełnoziarnistym z kurczakiem i warzywami + 100 g (GLU PSZ.) Buraki gotowane słupki + 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałatka makaronowa z warzywami i szynką dieta + 100 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Buraki gotowane słupki + 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałatka z makaronem pełnoziarnistym z kurczakiem i warzywami + 100 g (GLU PSZ.) Buraki gotowane słupki + 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Muffin jajeczny z marchwią i szpinakiem + 76 g (JAJ, MLE.) Sałatka makaronowa z warzywami (dieta) + 150 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Buraki gotowane słupki + 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Sałata zielona 20 g
PN		Wafle ryżowe 30 g			Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 30 g (MLE.)	Wafle ryżowe 30 g
	Wartość energetyczna: 2372.14 kcal; Białko ogółem: 88.76 g; Tłuszcz: 81.78 g; Kw. tł. nasy.: 28.79 g; Węglowodany ogółem: 331.19 g; W tym cukry: 85.08 g; Błonnik pok.: 39.22 g; Sól: 11.68 g;	Wartość energetyczna: 2384.57 kcal; Białko ogółem: 90.49 g; Tłuszcz: 77.28 g; Kw. tł. nasy.: 28.06 g; Węglowodany ogółem: 341.31 g; W tym cukry: 82.09 g; Błonnik pok.: 28.55 g; Sól: 11.82 g;	Wartość energetyczna: 2604.56 kcal; Białko ogółem: 101.90 g; Tłuszcz: 86.89 g; Kw. tł. nasy.: 30.88 g; Węglowodany ogółem: 364.47 g; W tym cukry: 76.82 g; Błonnik pok.: 40.21 g; Sól: 13.69 g;	Wartość energetyczna: 2635.74 kcal; Białko ogółem: 104.88 g; Tłuszcz: 83.55 g; Kw. tł. nasy.: 30.19 g; Węglowodany ogółem: 376.01 g; W tym cukry: 73.45 g; Błonnik pok.: 29.67 g; Sól: 14.14 g;	Wartość energetyczna: 2582.69 kcal; Białko ogółem: 123.76 g; Tłuszcz: 91.72 g; Kw. tł. nasy.: 33.95 g; Węglowodany ogółem: 334.33 g; W tym cukry: 58.71 g; Błonnik pok.: 54.71 g; Sól: 14.47 g;	Wartość energetyczna: 2905.05 kcal; Białko ogółem: 92.40 g; Tłuszcz: 105.89 g; Kw. tł. nasy.: 41.04 g; Węglowodany ogółem: 411.90 g; W tym cukry: 80.99 g; Błonnik pok.: 41.92 g; Sól: 13.31 g;

2026-02-05 czwartek							
	eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska	
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,) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Ser mozzarella 50 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Pomidor 80 g Rozspanka 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,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Ser mozzarella 50 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Pomidor b/skórki 80 g Rozspanka 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,) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Ser mozzarella 70 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Pomidor 80 g Rozspanka 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,) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Ser mozzarella 70 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Pomidor b/skórki 80 g Rozspanka 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,) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Twarożek + 70 g (MLE,) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Rozspanka 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 70 g (MLE,) Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (SOJ, GOR,) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Pomidor 80 g Rozspanka 20 g	
	II ŚN	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,)			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ,) Sałata zielona 5 g		
	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem + 300 g (SOJ, MLE, SEL,) Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g Sos własny dieta + 80 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 150 g (MLE,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa pomidorowa z ryżem + 300 g (SOJ, MLE, SEL,) Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g Sos własny dieta + 80 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Kalafor gotowany + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa pomidorowa z ryżem + 400 g (SOJ, MLE, SEL,) Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g Sos własny dieta + 80 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 150 g (MLE,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa pomidorowa z ryżem + 400 g (SOJ, MLE, SEL,) Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g Sos własny dieta + 80 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Kalafor gotowany + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa pomidorowa + 350 g (SOJ, MLE, SEL,) Ryż na sypko (brązowy) 50 g Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 150 g (MLE,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa pomidorowa z ryżem + 400 g (SOJ, MLE, SEL,) Pyzy z truskawkami + 300 g (GLU PSZ, JAJ,) Dip jogurtowo-śmietankowy o smaku waniliowym dieta + 100 g (MLE,) Jabłko 1 szt 1 szt 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,) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 30 g Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (MLE,) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 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,) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 30 g Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (MLE,) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml 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,) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 40 g Serek twarogowy homogenizowany + 70 g (MLE,) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 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 od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 40 g Serek twarogowy homogenizowany + 70 g (MLE,) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pasta warzywna + 80 g (SEL,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 40 g Serek twarogowy homogenizowany + 70 g (MLE,) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 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 topiony 30 g (MLE,) Serek twarogowy homogenizowany + 70 g (MLE,) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	
PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt				Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 50 g	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2427.06 kcal; Białko ogółem: 117.33 g; Tłuszcz: 74.33 g; Kw. tł. nasy.: 29.43 g; Węglowodany ogółem: 327.38 g; W tym cukry: 81.68 g; Błonnik pok.: 21.63 g; Sól: 10.56 g;	Wartość energetyczna: 2495.34 kcal; Białko ogółem: 120.17 g; Tłuszcz: 78.56 g; Kw. tł. nasy.: 29.39 g; Węglowodany ogółem: 332.19 g; W tym cukry: 82.26 g; Błonnik pok.: 23.02 g; Sól: 9.89 g;	Wartość energetyczna: 2557.53 kcal; Białko ogółem: 132.10 g; Tłuszcz: 77.33 g; Kw. tł. nasy.: 30.43 g; Węglowodany ogółem: 341.02 g; W tym cukry: 89.18 g; Błonnik pok.: 25.68 g; Sól: 11.70 g;	Wartość energetyczna: 2639.81 kcal; Białko ogółem: 135.69 g; Tłuszcz: 81.36 g; Kw. tł. nasy.: 30.39 g; Węglowodany ogółem: 347.83 g; W tym cukry: 89.46 g; Błonnik pok.: 24.52 g; Sól: 11.27 g;	Wartość energetyczna: 2377.23 kcal; Białko ogółem: 147.12 g; Tłuszcz: 76.42 g; Kw. tł. nasy.: 36.34 g; Węglowodany ogółem: 293.34 g; W tym cukry: 40.65 g; Błonnik pok.: 41.10 g; Sól: 13.63 g;	Wartość energetyczna: 2728.05 kcal; Białko ogółem: 90.55 g; Tłuszcz: 84.93 g; Kw. tł. nasy.: 32.77 g; Węglowodany ogółem: 410.13 g; W tym cukry: 114.27 g; Błonnik pok.: 28.76 g; Sól: 9.93 g;	

	eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska
Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (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,) Ser wędzony 30 g (MLE,) Mandarynka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Sałata zielona 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,) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (SOJ,) Twaróg półtłusty 50 g (MLE,) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Sałata zielona 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 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 40 g (SOJ,) Ser wędzony 30 g (MLE,) Mandarynka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Sałata zielona 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,) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 40 g (SOJ,) Twaróg półtłusty 70 g (MLE,) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Sałata zielona 20 g	Mleko 200 ml (MLE,) 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,) Twaróg półtłusty 70 g (MLE,) Mandarynka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Sałata zielona 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 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Ser wędzony 30 g (MLE,) Twaróg półtłusty 70 g (MLE,) Mandarynka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Sałata zielona 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,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ,) Sałata zielona 5 g	
Obiad	Zupa brokułowa z makaronem + 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,) Miruna smażona 100g + 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Surówka z czerwonej kapusty z olejem b/c + 150 g (MLE, SO2,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa brokułowa z makaronem + 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,) Miruna na parze 100g + 100 g (RYB,) Sos cytrynowy + 80 g (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Warzywa po grecku + 150 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa brokułowa z makaronem + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,) Miruna smażona 100g + 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z czerwonej kapusty z olejem b/c + 150 g (MLE, SO2,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa brokułowa z makaronem + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Miruna na parze 100g + 100 g (RYB,) Sos cytrynowy + 80 g (GLU PSZ, MLE,) Warzywa po grecku + 150 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa brokułowa + 350 g (SOJ, MLE, SEL,) Miruna na parze 100g + 100 g (RYB,) Sos cytrynowy + 80 g (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z czerwonej kapusty z olejem b/c + 150 g (MLE, SO2,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa brokułowa z makaronem + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,) Leczo wegetariańskie z tofu + 150 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z czerwonej kapusty z olejem b/c + 150 g (MLE, SO2,) 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,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (JAJ, MLE,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 80 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 + 50 g (JAJ, MLE,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 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,) Pasta z jaj z natką pietruszki + 70 g (JAJ, MLE,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 80 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 + 70 g (JAJ, MLE,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 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,) Pasta z jaj z natką pietruszki + 70 g (JAJ, MLE,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 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,) Hummus + 70 g (SOJ,) Pasta z jaj z natką pietruszki + 70 g (JAJ, MLE,) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 80 g
PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g					Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Hummus + 30 g (SOJ,)
	Wartość energetyczna: 2333.62 kcal; Białko ogółem: 96.48 g; Tłuszcz: 76.21 g; Kw. tł. nasy.: 27.85 g; Węglowodany ogółem: 319.75 g; W tym cukry: 75.72 g; Błonnik pok.: 28.91 g; Sól: 10.73 g;	Wartość energetyczna: 2303.88 kcal; Białko ogółem: 102.87 g; Tłuszcz: 72.55 g; Kw. tł. nasy.: 34.61 g; Węglowodany ogółem: 312.59 g; W tym cukry: 76.60 g; Błonnik pok.: 21.80 g; Sól: 10.70 g;	Wartość energetyczna: 2522.15 kcal; Białko ogółem: 103.45 g; Tłuszcz: 80.15 g; Kw. tł. nasy.: 27.73 g; Węglowodany ogółem: 352.07 g; W tym cukry: 81.31 g; Błonnik pok.: 31.21 g; Sól: 12.82 g;	Wartość energetyczna: 2541.30 kcal; Białko ogółem: 114.12 g; Tłuszcz: 77.56 g; Kw. tł. nasy.: 35.08 g; Węglowodany ogółem: 350.76 g; W tym cukry: 82.99 g; Błonnik pok.: 24.94 g; Sól: 12.92 g;	Wartość energetyczna: 2372.37 kcal; Białko ogółem: 117.14 g; Tłuszcz: 91.95 g; Kw. tł. nasy.: 41.53 g; Węglowodany ogółem: 281.98 g; W tym cukry: 70.65 g; Błonnik pok.: 39.44 g; Sól: 13.29 g;	Wartość energetyczna: 2505.30 kcal; Białko ogółem: 87.83 g; Tłuszcz: 82.25 g; Kw. tł. nasy.: 29.54 g; Węglowodany ogółem: 359.06 g; W tym cukry: 87.88 g; Błonnik pok.: 34.19 g; Sól: 10.88 g;

	eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska
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) Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 60 g (może zawierać: MLE, SEL, GOR) Paszтет z soczewicy + 50 g (JAJ) Ketchup 30 g (SEL) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Jabłko 1 szt 1 szt	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) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Ser mozzarella kulki 50 g (MLE) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	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) Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 120 g (może zawierać: MLE, SEL, GOR) Paszтет z soczewicy + 70 g (JAJ) Ketchup 30 g (SEL) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Jabłko 1 szt 1 szt	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) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g Ser mozzarella kulki 70 g (MLE) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Mleko 200 ml (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g Ser mozzarella kulki 70 g (MLE) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jabłko 1 szt 1 szt	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) Paszтет z soczewicy + 70 g (JAJ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Jabłko 1 szt 1 szt
II ŚN	Muffin warzywny z wędliną + 75 g (GLU PSZ, JAJ, MLE)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Paszтет z soczewicy + 30 g (JAJ) Sałata zielona 5 g	
Obiad	Zupa krem z dyni + 300 g (SOJ, SEL) Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ) Pyzy z mięsem wieprzowym dieta + 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Sos ziołowy + 80 g (GLU PSZ, MLE, SEL) Surówka z białej kapusty z koperkiem i kukurydzą b/c + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa krem z dyni + 300 g (SOJ, SEL) Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ) Pyzy z mięsem wieprzowym dieta + 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Sos ziołowy + 80 g (GLU PSZ, MLE, SEL) Marchew gotowana + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa krem z dyni + 400 g (SOJ, SEL) Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ) Pyzy z mięsem wieprzowym dieta + 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Sos ziołowy + 80 g (GLU PSZ, MLE, SEL) Surówka z białej kapusty z koperkiem i kukurydzą b/c + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa krem z dyni + 400 g (SOJ, SEL) Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ) Pyzy z mięsem wieprzowym dieta + 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Sos ziołowy + 80 g (GLU PSZ, MLE, SEL) Marchew gotowana + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 400 g (MLE, SEL) Podudzie z kurczaka pieczone paprykowe + 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z białej kapusty z koperkiem i kukurydzą b/c + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa krem z dyni + 400 g (SOJ, SEL) Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ) Pyzy z farszem szpinakowym z serem + 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Sos ziołowy + 80 g (GLU PSZ, MLE, SEL) Surówka z białej kapusty z koperkiem i kukurydzą b/c + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
PD					Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2) Porzeczkowy twarożek + 50 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 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) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2) Porzeczkowy twarożek + 50 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 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 krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2) Porzeczkowy twarożek + 70 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Chleb żytni razowy 100 g (GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2) Twarożek + 70 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 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) Pasta z pieczonych buraków dieta + 70 g (MLE) Porzeczkowy twarożek + 70 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Sałata zielona 20 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) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ)	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (MLE, GLU OW)
	Wartość energetyczna: 2812.83 kcal; Białko ogółem: 94.86 g; Tłuszcz: 98.52 g; Kw. tł. nasy.: 38.67 g; Węglowodany ogółem: 397.46 g; W tym cukry: 98.86 g; Błonnik pok.: 36.70 g; Sól: 12.74 g;	Wartość energetyczna: 2589.89 kcal; Białko ogółem: 98.36 g; Tłuszcz: 81.45 g; Kw. tł. nasy.: 38.38 g; Węglowodany ogółem: 378.69 g; W tym cukry: 93.57 g; Błonnik pok.: 27.58 g; Sól: 11.16 g;	Wartość energetyczna: 3103.32 kcal; Białko ogółem: 107.36 g; Tłuszcz: 112.27 g; Kw. tł. nasy.: 45.02 g; Węglowodany ogółem: 426.93 g; W tym cukry: 105.71 g; Błonnik pok.: 36.71 g; Sól: 14.98 g;	Wartość energetyczna: 2700.84 kcal; Białko ogółem: 109.11 g; Tłuszcz: 82.43 g; Kw. tł. nasy.: 41.49 g; Węglowodany ogółem: 397.60 g; W tym cukry: 99.60 g; Błonnik pok.: 30.08 g; Sól: 12.49 g;	Wartość energetyczna: 2359.90 kcal; Białko ogółem: 109.11 g; Tłuszcz: 100.23 g; Kw. tł. nasy.: 45.08 g; Węglowodany ogółem: 270.05 g; W tym cukry: 49.36 g; Błonnik pok.: 35.41 g; Sól: 12.07 g;	Wartość energetyczna: 2754.79 kcal; Białko ogółem: 88.21 g; Tłuszcz: 86.72 g; Kw. tł. nasy.: 41.07 g; Węglowodany ogółem: 417.37 g; W tym cukry: 107.64 g; Błonnik pok.: 41.22 g; Sól: 12.10 g;

	eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska
Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pasta z kurczaka i warzyw + 50 g (SEL.) Mix sałat 20 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (MLE.) Cukier 30 g Pomidor 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.) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Mix sałat 20 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (MLE.) Cukier 30 g Pasta z kurczaka i warzyw + 50 g (SEL.) Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pasta z kurczaka i warzyw + 70 g (SEL.) Mix sałat 20 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (MLE.) Cukier 30 g 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.) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pasta z kurczaka i warzyw + 70 g (SEL.) Mix sałat 20 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (MLE.) Cukier 30 g Pomidor 80 g	Mleko 200 ml (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z kurczaka i warzyw + 70 g (SEL.) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 40 g (MLE.) Dżem 30 g Mix sałat 20 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (MLE.) Cukier 30 g Pomidor 80 g
II ŚN	Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (MLE.)				Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 40 g (MLE.) Sałata zielona 5 g	
Obiad	Krupnik jęczmienny + 300 g (SOJ, SEL, GLU JĘCZ.) Kotlet z kurczaka nadziewany serem + 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, selera i papryki + 150 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 300 g (SOJ, SEL, GLU JĘCZ.) Pulpet z kurczaka z nadzieniem pomidorowym + 2 [Por] x 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos koperkowy dieta + 80 g (MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Bukiet warzyw gotowanych + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 400 g (SOJ, SEL, GLU JĘCZ.) Kotlet z kurczaka nadziewany serem + 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, selera i papryki + 150 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 400 g (SOJ, SEL, GLU JĘCZ.) Pulpet z kurczaka z nadzieniem pomidorowym + 2 [Por] x 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos koperkowy dieta + 80 g (MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet warzyw gotowanych + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 400 g (SOJ, SEL, GLU JĘCZ.) Pulpet z kurczaka z nadzieniem pomidorowym + 2 [Por] x 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos koperkowy dieta + 80 g (MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, selera i papryki + 150 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 400 g (SOJ, SEL, GLU JĘCZ.) Zapiekanka ziemniaczana z pieczarką, papryką kolorową, ogórkiem konserwowym i kukurydzą + 300 g (JAJ, MLE, GOR.) Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, selera i papryki + 150 g (SEL.) 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-pszenno 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 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.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Serek twarogowy homogenizowany + 70 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Wege pasztet warzywno-soczewicowy + 70 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek twarogowy homogenizowany + 70 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek twarogowy homogenizowany + 70 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Sałata zielona 20 g
PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt				Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 30 g	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt
	Wartość energetyczna: 2066.69 kcal; Białko ogółem: 82.38 g; Tłuszcz: 69.30 g; Kw. tł. nasy.: 30.71 g; Węglowodany ogółem: 292.22 g; W tym cukry: 108.05 g; Błonnik pok.: 29.49 g; Sól: 11.00 g;	Wartość energetyczna: 1995.46 kcal; Białko ogółem: 86.01 g; Tłuszcz: 59.25 g; Kw. tł. nasy.: 28.91 g; Węglowodany ogółem: 289.51 g; W tym cukry: 103.87 g; Błonnik pok.: 23.13 g; Sól: 11.00 g;	Wartość energetyczna: 2209.99 kcal; Białko ogółem: 93.42 g; Tłuszcz: 70.34 g; Kw. tł. nasy.: 29.46 g; Węglowodany ogółem: 314.81 g; W tym cukry: 87.68 g; Błonnik pok.: 29.24 g; Sól: 12.85 g;	Wartość energetyczna: 2115.25 kcal; Białko ogółem: 95.75 g; Tłuszcz: 60.39 g; Kw. tł. nasy.: 27.68 g; Węglowodany ogółem: 308.85 g; W tym cukry: 83.71 g; Błonnik pok.: 26.18 g; Sól: 12.95 g;	Wartość energetyczna: 2165.68 kcal; Białko ogółem: 99.93 g; Tłuszcz: 91.30 g; Kw. tł. nasy.: 39.94 g; Węglowodany ogółem: 256.89 g; W tym cukry: 56.62 g; Błonnik pok.: 41.79 g; Sól: 14.16 g;	Wartość energetyczna: 2420.01 kcal; Białko ogółem: 82.06 g; Tłuszcz: 97.31 g; Kw. tł. nasy.: 34.61 g; Węglowodany ogółem: 320.66 g; W tym cukry: 101.88 g; Błonnik pok.: 34.95 g; Sól: 12.40 g;

		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska	
2026-02-09 poniedziałek	Śniadanie	Kasza jaglana 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) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Pasztet wieprzowy z żurawiną + 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Rukola 20 g	Kasza jaglana 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) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Twarożek z natką pietruszki + 50 g (MLE) Marchew mini gotowana + 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Rukola 20 g	Kasza jaglana 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) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g Pasztet wieprzowy z żurawiną + 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Rukola 20 g	Kasza jaglana 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) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g Twarożek z natką pietruszki + 70 g (MLE) Marchew mini gotowana + 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Rukola 20 g	Mleko 200 ml (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g Twarożek z natką pietruszki + 70 g (MLE) Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Rukola 20 g	Kasza jaglana 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) Pasta z fasoli z cebulką + 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Twarożek z natką pietruszki + 70 g (MLE) Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Rukola 20 g	
	II ŚN	Banan 1szt. 1 szt				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Pasta z fasoli z cebulką + 30 g Salata zielona 5 g		
	Obiad	Zupa ziemniaczana + 300 g (MLE, SEL) Makaron 180 g (GLU PSZ) Sos a'la boloński z tofu + 150 g (SOJ, SEL) Fasolka szparagowa żółta + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml			Zupa ziemniaczana + 400 g (MLE, SEL) Makaron 180 g (GLU PSZ) Sos a'la boloński z tofu + 150 g (SOJ, SEL) Fasolka szparagowa żółta + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml		Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Schab gotowany + 100 g Fasolka szparagowa żółta + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 400 g (MLE, SEL) Makaron 180 g (GLU PSZ) Sos a'la boloński z tofu + 150 g (SOJ, SEL) Fasolka szparagowa żółta + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD	Mandarynka 150 g						
	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) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g (GLU PSZ, SOJ) Miód (25g) 1 szt Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 80 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) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g (GLU PSZ, SOJ) Miód (25g) 1 szt Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 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) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 40 g (GLU PSZ, SOJ) Serek ziarnisty naturalny 70 g (MLE) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 80 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) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 40 g (GLU PSZ, SOJ) Serek ziarnisty naturalny 70 g (MLE) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 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) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 40 g (GLU PSZ, SOJ) Serek ziarnisty naturalny 70 g (MLE) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 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) Miód (25g) 1 szt Serek ziarnisty naturalny 70 g (MLE) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 80 g	
PN	Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt (GLU PSZ, MLE)						Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt (GLU PSZ, MLE)	
	Wartość energetyczna: 2351.62 kcal; Białko ogółem: 79.31 g; Tłuszcz: 67.22 g; Kw. tł. nasy.: 29.80 g; Węglowodany ogółem: 372.50 g; W tym cukry: 108.65 g; Błonnik pok.: 34.36 g; Sól: 9.89 g;	Wartość energetyczna: 2292.13 kcal; Białko ogółem: 77.21 g; Tłuszcz: 57.48 g; Kw. tł. nasy.: 26.66 g; Węglowodany ogółem: 377.29 g; W tym cukry: 109.13 g; Błonnik pok.: 27.81 g; Sól: 10.33 g;	Wartość energetyczna: 2435.52 kcal; Białko ogółem: 96.52 g; Tłuszcz: 78.91 g; Kw. tł. nasy.: 35.20 g; Węglowodany ogółem: 349.47 g; W tym cukry: 75.66 g; Błonnik pok.: 34.22 g; Sól: 11.94 g;	Wartość energetyczna: 2332.46 kcal; Białko ogółem: 93.31 g; Tłuszcz: 65.08 g; Kw. tł. nasy.: 30.81 g; Węglowodany ogółem: 353.48 g; W tym cukry: 76.41 g; Błonnik pok.: 27.53 g; Sól: 12.32 g;	Wartość energetyczna: 2240.77 kcal; Białko ogółem: 121.35 g; Tłuszcz: 67.59 g; Kw. tł. nasy.: 34.61 g; Węglowodany ogółem: 311.54 g; W tym cukry: 51.00 g; Błonnik pok.: 52.31 g; Sól: 13.50 g;	Wartość energetyczna: 2490.55 kcal; Białko ogółem: 87.84 g; Tłuszcz: 68.60 g; Kw. tł. nasy.: 30.60 g; Węglowodany ogółem: 397.68 g; W tym cukry: 80.22 g; Błonnik pok.: 41.47 g; Sól: 9.90 g;		

		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska
2026-02-10 wtorek	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) 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 Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (SOJ.) Paprykarz z mintają z warzywami + 50 g (RYB, SOJ, SEL.) Mandarynka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Sałata zielona 20 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) 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 Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (SOJ.) Paprykarz z mintają z warzywami + 50 g (RYB, SOJ, SEL.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Sałata zielona 20 g	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU JECZ.) 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 Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 40 g (SOJ.) Paprykarz z mintają z warzywami + 70 g (RYB, SOJ, SEL.) Mandarynka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Sałata zielona 20 g	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU JECZ.) 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 Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 40 g (SOJ.) Paprykarz z mintają z warzywami + 70 g (RYB, SOJ, SEL.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Sałata zielona 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 Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 40 g (SOJ.) Paprykarz z mintają z warzywami + 70 g (RYB, SOJ, SEL.) Mandarynka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU JECZ.) 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 Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 40 g (SOJ.) Pasta z fasoli z suszonymi pomidorami i słonecznikiem + 70 g Dżem 30 g Mandarynka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (MLE.)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek 30 g (MLE.) Sałata zielona 5 g	
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem + 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Kotlet wieprzowy mielony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Surówka z białej kapusty z koperkiem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem + 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Pulpet wieprzowy + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny dieta + 80 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Kotlet wieprzowy mielony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z białej kapusty z koperkiem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Pulpet wieprzowy + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny dieta + 80 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Pulpet wieprzowy + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny dieta + 80 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z białej kapusty z koperkiem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Gulasz z boczniaków, dyni i soczewicy + 150 g (SOJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z białej kapusty z koperkiem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD					Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE.)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Jajko w sosie tatarskim + 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 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.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Jajko w sosie jogurtowo-pietruszkowym + 100 g (JAJ, MLE.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 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.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Jajko w sosie tatarskim + 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 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.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Jajko w sosie jogurtowo-pietruszkowym + 100 g (JAJ, MLE.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Jajko w sosie jogurtowo-pietruszkowym + 100 g (JAJ, MLE.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 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 topiony 30 g (MLE.) Jajko w sosie jogurtowo-pietruszkowym + 100 g (JAJ, MLE.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 80 g
	PN	Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.) Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)		Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Schab pieczony cały na kanapki + 50 g	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.) Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)
	Wartość energetyczna: 2710.12 kcal; Białko ogółem: 104.83 g; Tłuszcz: 103.23 g; Kw. tł. nasy.: 35.07 g; Węglowodany ogółem: 352.94 g; W tym cukry: 110.27 g; Błonnik pok.: 26.80 g; Sól: 11.43 g;	Wartość energetyczna: 2718.88 kcal; Białko ogółem: 105.70 g; Tłuszcz: 93.68 g; Kw. tł. nasy.: 36.78 g; Węglowodany ogółem: 370.21 g; W tym cukry: 116.35 g; Błonnik pok.: 24.00 g; Sól: 11.50 g;	Wartość energetyczna: 2824.41 kcal; Białko ogółem: 111.36 g; Tłuszcz: 105.57 g; Kw. tł. nasy.: 34.30 g; Węglowodany ogółem: 372.67 g; W tym cukry: 99.60 g; Błonnik pok.: 33.03 g; Sól: 13.15 g;	Wartość energetyczna: 2847.18 kcal; Białko ogółem: 112.98 g; Tłuszcz: 95.81 g; Kw. tł. nasy.: 36.02 g; Węglowodany ogółem: 391.94 g; W tym cukry: 105.39 g; Błonnik pok.: 27.68 g; Sól: 13.44 g;	Wartość energetyczna: 2786.97 kcal; Białko ogółem: 128.58 g; Tłuszcz: 113.98 g; Kw. tł. nasy.: 43.14 g; Węglowodany ogółem: 330.43 g; W tym cukry: 67.91 g; Błonnik pok.: 44.41 g; Sól: 13.94 g;	Wartość energetyczna: 2724.24 kcal; Białko ogółem: 79.16 g; Tłuszcz: 97.37 g; Kw. tł. nasy.: 33.78 g; Węglowodany ogółem: 395.06 g; W tym cukry: 112.61 g; Błonnik pok.: 35.47 g; Sól: 12.26 g;	

		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska
2026-02-11 środa	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenncy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 30 g (MLE) Pasta z twarogu z natką pietruszki + 50 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Rukola 20 g	Platki 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) Filet zapiekany drobiowy 30 g (MLE) Pasta z twarogu z natką pietruszki + 50 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Rukola 20 g	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenncy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE) Pasta z twarogu z natką pietruszki + 70 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Rukola 20 g	Platki 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) Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE) Pasta z twarogu z natką pietruszki + 70 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Rukola 20 g	Mleko 200 ml (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenncy 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z twarogu z natką pietruszki + 70 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Rukola 20 g	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenncy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z twarogu z natką pietruszki + 70 g (MLE) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Rukola 20 g
	II ŚN	Pomarańcza 150 g				Chleb razowy żytnio-pszenncy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Sałata zielona 5 g	
	Obiad	Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka pieczony w posypce curry dieta + 100 g Sos brokułowy- dieta + 80 g (MLE) Kasza gryczana 160 g Surówka z marchwi i jabłka b/c + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 100 g Sos brokułowy- dieta + 80 g (MLE) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (GLU JECZ.) Surówka z marchwi i jabłka b/c + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka pieczony w posypce curry dieta + 100 g Sos brokułowy- dieta + 80 g (MLE) Kasza gryczana 180 g Surówka z marchwi i jabłka b/c + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 100 g Sos brokułowy- dieta + 80 g (MLE) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Surówka z marchwi i jabłka b/c + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka pieczony w posypce curry dieta + 100 g Sos brokułowy- dieta + 80 g (MLE) Kasza gryczana 180 g Surówka z marchwi i jabłka b/c + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Racuchy z mozzarellą+ 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Surówka z marchwi i jabłka b/c + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD					Pomarańcza 150 g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenncy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 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) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g Paszтет warzywny selerowo-marchwiowy dieta + 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenncy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser żółty 40 g (MLE) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 40 g Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 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 z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 40 g Paszтет warzywny selerowo-marchwiowy dieta + 70 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenncy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenncy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser żółty 40 g (MLE) Paszтет warzywny selerowo-marchwiowy dieta + 70 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenncy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser żółty 40 g (MLE) Paszтет warzywny selerowo-marchwiowy dieta + 70 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt				Chleb razowy żytnio-pszenncy 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 40 g	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2236.98 kcal; Białko ogółem: 103.93 g; Tłuszcz: 77.07 g; Kw. tł. nasy.: 33.07 g; Węglowodany ogółem: 297.15 g; W tym cukry: 94.19 g; Błonnik pok.: 32.89 g; Sól: 11.50 g;	Wartość energetyczna: 2235.96 kcal; Białko ogółem: 100.84 g; Tłuszcz: 70.62 g; Kw. tł. nasy.: 27.56 g; Węglowodany ogółem: 312.27 g; W tym cukry: 98.59 g; Błonnik pok.: 29.18 g; Sól: 9.83 g;	Wartość energetyczna: 2515.20 kcal; Białko ogółem: 121.75 g; Tłuszcz: 88.08 g; Kw. tł. nasy.: 38.02 g; Węglowodany ogółem: 324.47 g; W tym cukry: 87.57 g; Błonnik pok.: 33.84 g; Sól: 13.94 g;	Wartość energetyczna: 2499.20 kcal; Białko ogółem: 116.44 g; Tłuszcz: 79.91 g; Kw. tł. nasy.: 30.72 g; Węglowodany ogółem: 342.15 g; W tym cukry: 92.89 g; Błonnik pok.: 31.04 g; Sól: 12.28 g;	Wartość energetyczna: 2520.54 kcal; Białko ogółem: 128.15 g; Tłuszcz: 99.23 g; Kw. tł. nasy.: 42.59 g; Węglowodany ogółem: 303.19 g; W tym cukry: 57.57 g; Błonnik pok.: 50.49 g; Sól: 15.44 g;	Wartość energetyczna: 2924.61 kcal; Białko ogółem: 99.25 g; Tłuszcz: 122.54 g; Kw. tł. nasy.: 49.76 g; Węglowodany ogółem: 372.22 g; W tym cukry: 94.81 g; Błonnik pok.: 34.16 g; Sól: 12.93 g;

		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska
2026-02-12 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (<u>SOJ.</u>) Hummus paprykowy + 50 g (<u>SEZ.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Sałata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (<u>SOJ.</u>) Pasta z kurczaka + 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Sałata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (<u>SOJ.</u>) Hummus paprykowy + 70 g (<u>SEZ.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Sałata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (<u>SOJ.</u>) Pasta z kurczaka + 70 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Sałata zielona 20 g	Mleko 200 ml (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (<u>SOJ.</u>) Hummus paprykowy + 70 g (<u>SEZ.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Masło Serek Fromage 50 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Hummus paprykowy + 70 g (<u>SEZ.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtusty 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g	
	Obiad	Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Sos pomidorowy + 80 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Surówka z rzepy i ogórka kiszzonego + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 300 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Sos pomidorowy + 80 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Buraki gotowane + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z rzepy i ogórka kiszzonego + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Sos pomidorowy + 80 g	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Buraki gotowane + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Sos pomidorowy + 80 g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Sos pomidorowy + 80 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z rzepy i ogórka kiszzonego + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Sos a'la boloński z zieloną soczewicą + 150 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z rzepy i ogórka kiszzonego + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD					Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pierś del. z kurnej półki pr. drob.z połączonych kaw. fileta z kurczaka,parz. w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ser mozzarella kulki 50 g (<u>MLE.</u>) Sałatka z pieczonej marchwi + 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pierś del. z kurnej półki pr. drob.z połączonych kaw. fileta z kurczaka,parz. w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ser mozzarella kulki 50 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ser mozzarella kulki 70 g (<u>MLE.</u>) Sałatka z pieczonej marchwi + 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ser mozzarella kulki 70 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ser mozzarella kulki 70 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek ziarnisty naturalny 70 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 80 g
	PN	Ciasto drożdżowe b/c		50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)		Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (<u>SOJ.</u>)	Ciasto drożdżowe b/c 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)
		Wartość energetyczna: 2418.33 kcal; Białko ogółem: 107.05 g; Tłuszcz: 81.47 g; Kw. tł. nasy.: 32.96 g; Węglowodany ogółem: 296.07 g; W tym cukry: 68.14 g; Błonnik pok.: 31.08 g; Sól: 12.56 g;	Wartość energetyczna: 2393.57 kcal; Białko ogółem: 116.02 g; Tłuszcz: 72.61 g; Kw. tł. nasy.: 32.24 g; Węglowodany ogółem: 296.69 g; W tym cukry: 70.51 g; Błonnik pok.: 21.04 g; Sól: 11.59 g;	Wartość energetyczna: 2628.05 kcal; Białko ogółem: 108.40 g; Tłuszcz: 86.03 g; Kw. tł. nasy.: 37.51 g; Węglowodany ogółem: 337.85 g; W tym cukry: 74.39 g; Błonnik pok.: 35.20 g; Sól: 14.97 g;	Wartość energetyczna: 2608.14 kcal; Białko ogółem: 120.41 g; Tłuszcz: 77.55 g; Kw. tł. nasy.: 36.84 g; Węglowodany ogółem: 336.01 g; W tym cukry: 76.38 g; Błonnik pok.: 24.43 g; Sól: 14.15 g;	Wartość energetyczna: 2404.91 kcal; Białko ogółem: 116.92 g; Tłuszcz: 93.08 g; Kw. tł. nasy.: 42.90 g; Węglowodany ogółem: 293.41 g; W tym cukry: 39.39 g; Błonnik pok.: 46.61 g; Sól: 17.47 g;	Wartość energetyczna: 2705.15 kcal; Białko ogółem: 88.07 g; Tłuszcz: 93.16 g; Kw. tł. nasy.: 48.14 g; Węglowodany ogółem: 361.81 g; W tym cukry: 72.87 g; Błonnik pok.: 34.20 g; Sól: 11.97 g;

	eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska
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,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ,) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 50 g (MLE,) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Jabłko 1 szt 1 szt	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,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ,) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 50 g (MLE,) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	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,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ,) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 70 g (MLE,) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 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,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ,) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 70 g (MLE,) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Mleko 200 ml (MLE,) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ,) Twarożek + 70 g (MLE,) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	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,) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 70 g (MLE,) Dżem 30 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g
II ŚN	Muffin marchewkowy z prażonym jabłkiem o niskim IG + 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Filet zapiekany drobiowy 30 g (MLE,) Sałata zielona 5 g	
Obiad	Zupa ryżowa + 300 g (SOJ, MLE, SEL,) Kotlet z miruny 100g + 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa ryżowa + 300 g (SOJ, MLE, SEL,) Pulpet z miruny + 2 [Por] x 50 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ,) Sos koperkowy dieta + 80 g (MLE,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Cukinia gotowana + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa ryżowa + 400 g (SOJ, MLE, SEL,) Kotlet z miruny 100g + 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa ryżowa + 400 g (SOJ, MLE, SEL,) Pulpet z miruny + 2 [Por] x 50 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ,) Sos koperkowy dieta + 80 g (MLE,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Cukinia gotowana + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa ryżowa + 400 g (SOJ, MLE, SEL,) Pulpet z miruny + 2 [Por] x 50 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ,) Sos chrzanowy + 80 g (MLE, SO2,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z czerwonej kapusty b/c + 150 g (MLE,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa ryżowa + 400 g (SOJ, MLE, SEL,) Burger warzywny z zielonego groszku + 100 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,) Sos chrzanowy + 80 g (MLE, SO2,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z czerwonej kapusty b/c + 150 g (MLE,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
PD					Mini Crispy pieczywo chrupkie orkiszowe ze słonecznikiem sezamem i siemieniem 30 g 1 szt (GLU PSZ, MLE, SEZ, może zawierać: ORZ,)	
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 koperkiem dieta + 50 g (JAJ, MLE,) Mięsiwo z zalewy- wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 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,) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g (JAJ, MLE,) Mięsiwo z zalewy- wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 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,) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 70 g (JAJ, MLE,) Mięsiwo z zalewy- wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 40 g Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 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,) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 70 g (JAJ, MLE,) Mięsiwo z zalewy- wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 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,) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 70 g (JAJ, MLE,) Mięsiwo z zalewy- wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 40 g Ogórek kiszony 80 g 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,) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 70 g (JAJ, MLE,) Pasztet sojowy z pomidorami 70 g (SOJ, GOR,) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Sałata zielona 20 g
PN	Mini Crispy pieczywo chrupkie orkiszowe ze słonecznikiem sezamem i siemieniem 30 g 1 szt (GLU PSZ, MLE, SEZ, może zawierać: ORZ,)				Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Schab gotowany 30 g	Mini Crispy pieczywo chrupkie orkiszowe ze słonecznikiem sezamem i siemieniem 30 g 1 szt (GLU PSZ, MLE, SEZ, może zawierać: ORZ,)
	Wartość energetyczna: 2309.50 kcal; Białko ogółem: 93.74 g; Tłuszcz: 81.94 g; Kw. tł. nasy.: 30.25 g; Węglowodany ogółem: 304.02 g; W tym cukry: 76.10 g; Błonnik pok.: 35.19 g; Sól: 12.85 g;	Wartość energetyczna: 2247.48 kcal; Białko ogółem: 96.22 g; Tłuszcz: 69.55 g; Kw. tł. nasy.: 30.66 g; Węglowodany ogółem: 309.82 g; W tym cukry: 80.03 g; Błonnik pok.: 28.47 g; Sól: 10.75 g;	Wartość energetyczna: 2517.64 kcal; Białko ogółem: 106.75 g; Tłuszcz: 86.09 g; Kw. tł. nasy.: 30.76 g; Węglowodany ogółem: 337.04 g; W tym cukry: 81.50 g; Błonnik pok.: 35.35 g; Sól: 14.80 g;	Wartość energetyczna: 2449.19 kcal; Białko ogółem: 108.77 g; Tłuszcz: 73.66 g; Kw. tł. nasy.: 31.17 g; Węglowodany ogółem: 341.63 g; W tym cukry: 84.56 g; Błonnik pok.: 28.25 g; Sól: 12.58 g;	Wartość energetyczna: 2431.25 kcal; Białko ogółem: 125.27 g; Tłuszcz: 83.74 g; Kw. tł. nasy.: 35.84 g; Węglowodany ogółem: 310.55 g; W tym cukry: 52.20 g; Błonnik pok.: 50.27 g; Sól: 14.64 g;	Wartość energetyczna: 2591.67 kcal; Białko ogółem: 84.21 g; Tłuszcz: 86.83 g; Kw. tł. nasy.: 31.36 g; Węglowodany ogółem: 378.20 g; W tym cukry: 102.00 g; Błonnik pok.: 44.08 g; Sól: 11.91 g;

	eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska
Śniadanie	Platki 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) Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 60 g (może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Ketchup 30 g (SEL.) Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 50 g (MLE, GOR, S02.) Sałata zielona 20 g Cukier 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Bukiet warzyw gotowanych + 80 g	Platki 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) Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g (MLE) Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 30 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Cukier 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Bukiet warzyw gotowanych + 80 g	Platki 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) Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 120 g (może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Ketchup 30 g (SEL.) Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 70 g (MLE, GOR, S02.) Sałata zielona 20 g Cukier 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Bukiet warzyw gotowanych + 80 g	Platki 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) Pasta z twarogu z koperkiem + 70 g (MLE) Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 40 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Cukier 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Bukiet warzyw gotowanych + 80 g	Mleko 200 ml (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 70 g (MLE, GOR, S02.) Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 40 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Bukiet warzyw gotowanych + 80 g	Platki 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) Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 70 g (MLE, GOR, S02.) Jajko gotowane ki M. 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Cukier 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Bukiet warzyw gotowanych + 80 g
II ŚN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 30 g (MLE) Sałata zielona 5 g	
Obiad	Zupa selerowa z makaronem + 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Potrawka z kurczaka + 150 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Surówka z marchwi, jabłka, selera, papryki b/c + 150 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa selerowa z makaronem + 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Potrawka z kurczaka + 150 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Szpinak gotowany z olejem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa selerowa z makaronem + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Bigos + 300 g (GLU PSZ, MLE, SEL, GOR.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa selerowa z makaronem + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Potrawka z kurczaka + 150 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Szpinak gotowany z olejem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami (bez mleka) + 400 g (SOJ, SEL.) Potrawka z kurczaka + 150 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z marchwi, jabłka, selera, papryki b/c + 150 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa selerowa z makaronem + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Kasztotto wegetariańskie z tofu i warzywami + 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Surówka z marchwi, jabłka, selera, papryki b/c + 150 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
PD					Jabłko 1 szt 1 szt	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Sałatka jarzynowa + 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Masło extra 82% 15 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 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 kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałatka jarzynowa dieta + 100 g (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 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) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałatka jarzynowa + 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 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) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałatka jarzynowa dieta + 100 g (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałatka jarzynowa + 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 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) Sałatka jarzynowa + 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Ser żółty 50 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Sałata zielona 20 g
PN	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) Szynka drobiowa luksusowa z fileta-wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, S02.)	Ciasto drożdżowe b/c 50 g (GLU PSZ, JAJ.)
	Wartość energetyczna: 2539.20 kcal; Białko ogółem: 83.13 g; Tłuszcz: 89.72 g; Kw. tł. nasy.: 32.12 g; Węglowodany ogółem: 329.93 g; W tym cukry: 91.15 g; Błonnik pok.: 33.96 g; Sól: 14.69 g;	Wartość energetyczna: 2289.22 kcal; Białko ogółem: 89.23 g; Tłuszcz: 65.83 g; Kw. tł. nasy.: 27.18 g; Węglowodany ogółem: 319.28 g; W tym cukry: 80.99 g; Błonnik pok.: 27.94 g; Sól: 13.05 g;	Wartość energetyczna: 3115.85 kcal; Białko ogółem: 101.90 g; Tłuszcz: 125.23 g; Kw. tł. nasy.: 46.10 g; Węglowodany ogółem: 378.13 g; W tym cukry: 91.24 g; Błonnik pok.: 38.11 g; Sól: 18.55 g;	Wartość energetyczna: 2496.51 kcal; Białko ogółem: 101.72 g; Tłuszcz: 71.90 g; Kw. tł. nasy.: 29.33 g; Węglowodany ogółem: 346.27 g; W tym cukry: 70.38 g; Błonnik pok.: 31.63 g; Sól: 15.05 g;	Wartość energetyczna: 2069.53 kcal; Białko ogółem: 82.03 g; Tłuszcz: 88.54 g; Kw. tł. nasy.: 32.38 g; Węglowodany ogółem: 247.97 g; W tym cukry: 57.72 g; Błonnik pok.: 44.10 g; Sól: 12.98 g;	Wartość energetyczna: 2880.44 kcal; Białko ogółem: 89.21 g; Tłuszcz: 116.93 g; Kw. tł. nasy.: 44.29 g; Węglowodany ogółem: 350.02 g; W tym cukry: 78.17 g; Błonnik pok.: 44.34 g; Sól: 13.96 g;

	eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska
Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M. 1 szt (<u>JAJ</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Rzodkiew biała 80 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE</u>) Cukier 30 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M. 1 szt (<u>JAJ</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Pomidor 80 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE</u>) Cukier 30 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M. 1 szt (<u>JAJ</u>) Pasztet wieprzowy z warzywami dieta + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL</u>) Rzodkiew biała 80 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE</u>) Cukier 30 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M. 1 szt (<u>JAJ</u>) Pasztet wieprzowy z warzywami dieta + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL</u>) Pomidor 80 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE</u>) Cukier 30 g Sałata zielona 20 g	Mleko 200 ml (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M. 1 szt (<u>JAJ</u>) Pasztet wieprzowy z warzywami dieta + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M. 1 szt (<u>JAJ</u>) Rzodkiew biała 80 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE</u>) Cukier 30 g Sałata zielona 20 g
II ŚN	Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)				Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Sałata zielona 5 g	
Obiad	Rosół + 255 g (<u>SOJ, SEL</u>) Makaron nitka 45 g (<u>GLU PSZ</u>) Kotlet schabowy panierowany + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Surówka Colesław + 150 g (<u>JAJ, MLE, GOR, S02</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół + 255 g (<u>SOJ, SEL</u>) Makaron nitka 45 g (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Schab gotowany + 100 g Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MLE</u>) Buraki tarte na ciepło + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół + 340 g (<u>SOJ, SEL</u>) Makaron nitka 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Kotlet schabowy panierowany + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Surówka Colesław + 150 g (<u>JAJ, MLE, GOR, S02</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół + 340 g (<u>SOJ, SEL</u>) Makaron nitka 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Kluski śląskie + 180 g (<u>JAJ</u>) Schab gotowany + 100 g Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MLE</u>) Buraki tarte na ciepło + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół + 340 g (<u>SOJ, SEL</u>) Makaron nitka 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Schab gotowany + 100 g Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MLE</u>) Surówka Colesław + 150 g (<u>JAJ, MLE, GOR, S02</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa krem z zielonych warzyw + 400 g (<u>SOJ, SEL</u>) Naleśniki z pieczarkami + 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: SOJ, SEL, GOR</u>) Surówka Colesław + 150 g (<u>JAJ, MLE, GOR, S02</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
PD					Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z ciecierzycy z warzywami + 50 g (<u>SEL</u>) Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z ciecierzycy z warzywami + 70 g (<u>SEL</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek twarogowy homogenizowany + 70 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z ciecierzycy z warzywami + 70 g (<u>SEL</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z ciecierzycy z warzywami + 70 g (<u>SEL</u>) Serek twarogowy homogenizowany + 70 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 80 g
PN	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt				Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE</u>)	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2128.00 kcal; Białko ogółem: 93.94 g; Tłuszcz: 67.58 g; Kw. tł. nasy.: 27.03 g; Węglowodany ogółem: 301.35 g; W tym cukry: 65.09 g; Błonnik pok.: 30.94 g; Sól: 8.66 g;	Wartość energetyczna: 2238.44 kcal; Białko ogółem: 116.30 g; Tłuszcz: 68.62 g; Kw. tł. nasy.: 29.48 g; Węglowodany ogółem: 301.38 g; W tym cukry: 71.17 g; Błonnik pok.: 20.46 g; Sól: 8.90 g;	Wartość energetyczna: 2413.98 kcal; Białko ogółem: 113.20 g; Tłuszcz: 82.54 g; Kw. tł. nasy.: 33.10 g; Węglowodany ogółem: 316.40 g; W tym cukry: 67.41 g; Błonnik pok.: 32.35 g; Sól: 10.40 g;	Wartość energetyczna: 2611.88 kcal; Białko ogółem: 137.60 g; Tłuszcz: 85.16 g; Kw. tł. nasy.: 36.55 g; Węglowodany ogółem: 334.61 g; W tym cukry: 74.27 g; Błonnik pok.: 24.57 g; Sól: 11.17 g;	Wartość energetyczna: 2403.29 kcal; Białko ogółem: 139.51 g; Tłuszcz: 110.66 g; Kw. tł. nasy.: 48.01 g; Węglowodany ogółem: 233.04 g; W tym cukry: 38.56 g; Błonnik pok.: 38.42 g; Sól: 13.22 g;	Wartość energetyczna: 2371.96 kcal; Białko ogółem: 105.99 g; Tłuszcz: 91.94 g; Kw. tł. nasy.: 29.93 g; Węglowodany ogółem: 299.99 g; W tym cukry: 70.89 g; Błonnik pok.: 36.99 g; Sól: 11.42 g;

Oznaczenia wskaźników odż.:

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

Białko ogółem - Białko ogółem wg rozp. 1169/2011,

Tłuszcz - Tłuszcz,

Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,

Sól - Sól,

K - Potas,

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

Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,

- % energii z białka,

Ener. z T - % energii z tłuszczu,

- % energii z węglowodanów,

Ener. z Bł. - % energii z błonnika,

W tym cukry - w tym cukry,

WW - WW,