

2026-04-13 poniedziałek		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska	
	Śniadanie	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix sałat 20 g	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix sałat 20 g	Platki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pasta z brokuła * 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix sałat 20 g	Platki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pasta z brokuła * 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix sałat 20 g	Mleko 200 ml (<u>MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pasta z brokuła * 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mix sałat 20 g	Platki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Hummus 70 g (<u>SEZ,</u>) Pasta z brokuła * 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix sałat 20 g	
	II ŚN	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Hummus 30 g (<u>SEZ,</u>) Sałata zielona 5 g		
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Naleśniki z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Mus z jabłek () z/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami*() 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 160 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek () z/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Naleśniki z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Mus z jabłek () z/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ,</u>) Mus z jabłek () z/c 150 g Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ,</u>) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 150 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Naleśniki z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Mus z jabłek () z/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	PD						Pomarańcza 1 szt. 1 szt	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z tofu i marchewki 50 g (<u>SOJ,</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z tofu i marchewki 50 g (<u>SOJ,</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z tofu i marchewki 70 g (<u>SOJ,</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z tofu i marchewki 70 g (<u>SOJ,</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor b/skórki 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z tofu i marchewki 70 g (<u>SOJ,</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z tofu i marchewki 70 g (<u>SOJ,</u>) Dżem 30 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	
	PN	Mini Crisper pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30 g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ, może zawierać: ORZ, SEZ,</u>)					Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Filet z kurczaka gotowany 40 g	Mini Crisper pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30 g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ, może zawierać: ORZ, SEZ,</u>)
	Wartość energetyczna: 2577.76 kcal; Białko ogółem: 97.10 g; Tłuszcz: 71.57 g; Kw. tł. nasy.: 29.61 g; Węglowodany ogółem: 413.33 g; W tym cukry: 112.08 g; Błonnik pok.: 34.11 g; Sól: 7.06 g;	Wartość energetyczna: 2215.51 kcal; Białko ogółem: 82.57 g; Tłuszcz: 56.23 g; Kw. tł. nasy.: 27.31 g; Węglowodany ogółem: 363.41 g; W tym cukry: 90.77 g; Błonnik pok.: 24.38 g; Sól: 7.11 g;	Wartość energetyczna: 2827.54 kcal; Białko ogółem: 111.67 g; Tłuszcz: 82.24 g; Kw. tł. nasy.: 31.53 g; Węglowodany ogółem: 442.20 g; W tym cukry: 97.55 g; Błonnik pok.: 39.68 g; Sól: 9.53 g;	Wartość energetyczna: 2473.84 kcal; Białko ogółem: 96.51 g; Tłuszcz: 66.23 g; Kw. tł. nasy.: 29.21 g; Węglowodany ogółem: 395.84 g; W tym cukry: 76.44 g; Błonnik pok.: 29.00 g; Sól: 9.59 g;	Wartość energetyczna: 2614.69 kcal; Białko ogółem: 116.11 g; Tłuszcz: 91.91 g; Kw. tł. nasy.: 32.69 g; Węglowodany ogółem: 379.55 g; W tym cukry: 56.71 g; Błonnik pok.: 54.58 g; Sól: 10.20 g;	Wartość energetyczna: 2917.77 kcal; Białko ogółem: 96.00 g; Tłuszcz: 93.60 g; Kw. tł. nasy.: 32.44 g; Węglowodany ogółem: 449.39 g; W tym cukry: 109.13 g; Błonnik pok.: 35.50 g; Sól: 8.15 g;		

2026-04-14 wtorek							
	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 (<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>) Ser mozzarella kulki 50 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Rukola 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Ser mozzarella kulki 50 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Pomidor 80 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Rukola 20 g	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Ser mozzarella kulki 70 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 40 g Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Rukola 20 g	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Ser mozzarella kulki 70 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 40 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Rukola 20 g	Mleko 200 ml (<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>) Ser mozzarella kulki 70 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 40 g Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Rukola 20 g	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Ser mozzarella kulki 70 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 40 g Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Rukola 20 g	
	II ŚN	Biszkopity 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,</u>)			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Sałata zielona 5 g		
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 160 g Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos meksykański 80 g (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ryż na sypko 160 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 180 g Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos meksykański 80 g (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ryż na sypko 180 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos meksykański 80 g (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 180 g Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (<u>MLE,</u>)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Galaretką drobiowa z udźcem z kurczaka* 100 g (<u>SEL,</u>) Cytryna 10 g Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 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>) Galaretką drobiowa z udźcem z kurczaka* 100 g (<u>SEL,</u>) Cytryna 10 g Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Galaretką drobiowa z udźcem z kurczaka* 100 g (<u>SEL,</u>) Cytryna 10 g Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 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>) Galaretką drobiowa z udźcem z kurczaka* 100 g (<u>SEL,</u>) Cytryna 10 g Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Galaretką drobiowa z udźcem z kurczaka* 100 g (<u>SEL,</u>) Cytryna 10 g Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 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>) Hummus z ciecierzycy 70 g Ser żółty 30 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g
PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt				Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE,</u>)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2313.60 kcal; Białko ogółem: 103.71 g; Tłuszcz: 76.13 g; Kw. tł. nasy.: 33.05 g; Węglowodany ogółem: 332.88 g; W tym cukry: 84.00 g; Błonnik pok.: 28.11 g; Sól: 8.17 g;	Wartość energetyczna: 2312.87 kcal; Białko ogółem: 103.69 g; Tłuszcz: 71.70 g; Kw. tł. nasy.: 32.67 g; Węglowodany ogółem: 334.67 g; W tym cukry: 85.30 g; Błonnik pok.: 18.62 g; Sól: 7.67 g;	Wartość energetyczna: 2559.00 kcal; Białko ogółem: 117.60 g; Tłuszcz: 81.60 g; Kw. tł. nasy.: 36.92 g; Węglowodany ogółem: 358.95 g; W tym cukry: 80.29 g; Błonnik pok.: 27.78 g; Sól: 10.06 g;	Wartość energetyczna: 2549.17 kcal; Białko ogółem: 117.07 g; Tłuszcz: 77.41 g; Kw. tł. nasy.: 36.54 g; Węglowodany ogółem: 362.33 g; W tym cukry: 82.08 g; Błonnik pok.: 21.07 g; Sól: 9.20 g;	Wartość energetyczna: 2780.82 kcal; Białko ogółem: 140.68 g; Tłuszcz: 106.74 g; Kw. tł. nasy.: 51.91 g; Węglowodany ogółem: 358.54 g; W tym cukry: 55.17 g; Błonnik pok.: 48.78 g; Sól: 11.55 g;	Wartość energetyczna: 2627.18 kcal; Białko ogółem: 82.54 g; Tłuszcz: 97.27 g; Kw. tł. nasy.: 50.56 g; Węglowodany ogółem: 380.66 g; W tym cukry: 83.34 g; Błonnik pok.: 35.24 g; Sól: 8.02 g;	

		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska	
2026-04-15 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Kiełbasa Zielonogórska- wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 30 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE) Kiełbasa Zielonogórska- wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 30 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Kiełbasa Zielonogórska- wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Ser żółty 40 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Kiełbasa Zielonogórska- wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 70 g (MLE) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Sałata zielona 20 g	Mleko 200 ml (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Kiełbasa Zielonogórska- wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 70 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser żółty 40 g (MLE) Dżem 30 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Sałata zielona 20 g	
	II śN	Koktajl bananowy 200 ml (MLE)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Schab gotowany 40 g Sałata zielona 5 g		
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SO2.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Kotlet pożarski-drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z marchwi z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SO2.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Kotlet pożarski-drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z marchwi z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy (bez glutenu, bez mleka)* 80 ml Surówka z marchwi z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SO2.) Pierogi ukraińskie * 300 g (GLU PSZ, MLE) Surówka z marchwi z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	PD						Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 30 g (SOJ.) Pasta z twarogu i tuńczyka 50 g (RYB, MLE) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z twarogu i tuńczyka 50 g (RYB, MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 30 g (SOJ.) Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 70 g (RYB, SEL.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (SOJ.) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (SOJ.) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 70 g (RYB, SEL.) Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 70 g (RYB, SEL.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (SOJ.) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 70 g (RYB, SEL.) Twaróg półtłusty 70 g (MLE) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata lodowa 20 g	
PN	Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)					Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.)	Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	
	Wartość energetyczna: 2460.81 kcal; Białko ogółem: 96.74 g; Tłuszcz: 88.85 g; Kw. tł. nasy.: 35.54 g; Węglowodany ogółem: 340.76 g; W tym cukry: 82.20 g; Błonnik pok.: 26.32 g; Sól: 9.25 g;	Wartość energetyczna: 2237.05 kcal; Białko ogółem: 94.29 g; Tłuszcz: 68.14 g; Kw. tł. nasy.: 28.58 g; Węglowodany ogółem: 328.81 g; W tym cukry: 84.68 g; Błonnik pok.: 24.24 g; Sól: 7.45 g;	Wartość energetyczna: 2539.88 kcal; Białko ogółem: 99.23 g; Tłuszcz: 89.84 g; Kw. tł. nasy.: 35.61 g; Węglowodany ogółem: 362.47 g; W tym cukry: 67.30 g; Błonnik pok.: 31.97 g; Sól: 10.43 g;	Wartość energetyczna: 2320.72 kcal; Białko ogółem: 98.28 g; Tłuszcz: 66.57 g; Kw. tł. nasy.: 26.65 g; Węglowodany ogółem: 350.92 g; W tym cukry: 69.60 g; Błonnik pok.: 26.77 g; Sól: 8.43 g;	Wartość energetyczna: 2244.15 kcal; Białko ogółem: 113.61 g; Tłuszcz: 72.71 g; Kw. tł. nasy.: 30.59 g; Węglowodany ogółem: 332.91 g; W tym cukry: 32.96 g; Błonnik pok.: 43.38 g; Sól: 13.23 g;	Wartość energetyczna: 2567.14 kcal; Białko ogółem: 90.61 g; Tłuszcz: 88.35 g; Kw. tł. nasy.: 45.43 g; Węglowodany ogółem: 380.43 g; W tym cukry: 81.40 g; Błonnik pok.: 30.47 g; Sól: 6.91 g;		

		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska	
2026-04-16 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella kulki 50 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix sałat 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella kulki 50 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix sałat 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella kulki 70 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix sałat 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella kulki 70 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix sałat 20 g	Mleko 200 ml (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella kulki 70 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mix sałat 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Tofu 40 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella kulki 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix sałat 20 g	
	II ŚN	Jogurt brzoskwiowy 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>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Sałata zielona 5 g		
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Fasolka po bretońsku 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałatka szwedzka z olejem b/c 150 g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia grillowana z ziołami* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Fasolka po bretońsku 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Sałatka szwedzka z olejem b/c 150 g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia grillowana z ziołami* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Bitka schabowa duszona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Sałatka szwedzka z olejem b/c 150 g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Fasolka po bretońsku wegetariańska 300 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Sałatka szwedzka z olejem b/c 150 g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	PD						Mandarynka 150 g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) 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>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) 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>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) 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>) Ser żółty 40 g (<u>MLE.</u>) Sałatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
PN	Wafle ryżowe 30 g					Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 40 g	Wafle ryżowe 30 g	
	Wartość energetyczna: 2432.64 kcal; Białko ogółem: 88.46 g; Tłuszcz: 87.14 g; Kw. tł. nasy.: 37.22 g; Węglowodany ogółem: 350.16 g; W tym cukry: 81.94 g; Błonnik pok.: 36.07 g; Sól: 11.47 g;		Wartość energetyczna: 2334.93 kcal; Białko ogółem: 90.64 g; Tłuszcz: 78.83 g; Kw. tł. nasy.: 34.78 g; Węglowodany ogółem: 333.91 g; W tym cukry: 83.13 g; Błonnik pok.: 26.61 g; Sól: 7.77 g;		Wartość energetyczna: 2583.58 kcal; Białko ogółem: 96.95 g; Tłuszcz: 90.40 g; Kw. tł. nasy.: 38.80 g; Węglowodany ogółem: 374.57 g; W tym cukry: 64.45 g; Błonnik pok.: 38.51 g; Sól: 12.76 g;		Wartość energetyczna: 2486.29 kcal; Białko ogółem: 99.12 g; Tłuszcz: 82.08 g; Kw. tł. nasy.: 36.18 g; Węglowodany ogółem: 358.27 g; W tym cukry: 65.50 g; Błonnik pok.: 28.88 g; Sól: 9.07 g;	
	Wartość energetyczna: 2544.24 kcal; Białko ogółem: 126.05 g; Tłuszcz: 90.88 g; Kw. tł. nasy.: 41.02 g; Węglowodany ogółem: 349.04 g; W tym cukry: 47.86 g; Błonnik pok.: 46.57 g; Sól: 12.97 g;		Wartość energetyczna: 2571.46 kcal; Białko ogółem: 92.80 g; Tłuszcz: 89.33 g; Kw. tł. nasy.: 42.18 g; Węglowodany ogółem: 379.07 g; W tym cukry: 64.27 g; Błonnik pok.: 39.85 g; Sól: 10.48 g;					

		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska	
2026-04-17 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Dżem 30 g Serek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Rukola 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Dżem 30 g Serek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Rukola 20 g	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Dżem 30 g Serek śmietankowy naturalny 70 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Rukola 20 g	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Dżem 30 g Serek śmietankowy naturalny 70 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Rukola 20 g	Mleko 200 ml (<u>MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ,</u>) Serek śmietankowy naturalny 70 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Rukola 20 g	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek śmietankowy naturalny 70 g (<u>MLE,</u>) Dżem 30 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Rukola 20 g	
	II ŚN	Herbatniki Be Be 16g 2 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ,</u>)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Schab Benedyktński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 5 g		
	Obiad	Szpinakowa z zacierką * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Ryba smażona (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pulpet rybno-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba smażona (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Pulpet rybno-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Pulpet rybno-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Leczo wegetariańskie z soczewicą* 300 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	PD						Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ,</u>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ,</u>) Pasta z jaj 70 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ,</u>) Pasta z jaj 70 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ,</u>) Pasta z jaj 70 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj 70 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 80 g	
PN	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (<u>MLE, GLU OW,</u>)					Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE,</u>)	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (<u>MLE, GLU OW,</u>)	
		Wartość energetyczna: 2332.16 kcal; Białko ogółem: 82.78 g; Tłuszcz: 80.74 g; Kw. tł. nasy.: 34.83 g; Węglowodany ogółem: 337.34 g; W tym cukry: 98.58 g; Błonnik pok.: 23.53 g; Sól: 6.84 g;	Wartość energetyczna: 2287.67 kcal; Białko ogółem: 76.25 g; Tłuszcz: 75.77 g; Kw. tł. nasy.: 34.85 g; Węglowodany ogółem: 339.07 g; W tym cukry: 97.81 g; Błonnik pok.: 23.53 g; Sól: 6.92 g;	Wartość energetyczna: 2510.75 kcal; Białko ogółem: 94.39 g; Tłuszcz: 87.43 g; Kw. tł. nasy.: 38.29 g; Węglowodany ogółem: 358.09 g; W tym cukry: 96.52 g; Błonnik pok.: 29.52 g; Sól: 8.14 g;	Wartość energetyczna: 2466.25 kcal; Białko ogółem: 87.87 g; Tłuszcz: 82.46 g; Kw. tł. nasy.: 38.30 g; Węglowodany ogółem: 359.81 g; W tym cukry: 95.75 g; Błonnik pok.: 25.80 g; Sól: 8.22 g;	Wartość energetyczna: 2474.28 kcal; Białko ogółem: 112.44 g; Tłuszcz: 95.06 g; Kw. tł. nasy.: 43.44 g; Węglowodany ogółem: 336.55 g; W tym cukry: 51.18 g; Błonnik pok.: 43.89 g; Sól: 11.07 g;	Wartość energetyczna: 2443.64 kcal; Białko ogółem: 81.51 g; Tłuszcz: 82.46 g; Kw. tł. nasy.: 39.35 g; Węglowodany ogółem: 367.55 g; W tym cukry: 105.86 g; Błonnik pok.: 31.96 g; Sól: 6.69 g;	

eKAW- CH Podstawowa		eKAW- CH Łatwo strawna		eKAW- STO Podstawowa		eKAW- STO Łatwo strawna		eKAW- STO Cukrzycowa		eKAW- STO Wegetariańska		
2026-04-18 sobota	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 60 g (może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Ser żółty 30 g (MLE) Ketchup 30 g (SEL) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix sałat 20 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser mozzarella kulki 50 g (MLE) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 30 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix sałat 20 g	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 120 g (może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Ser żółty 40 g (MLE) Ketchup 30 g (SEL) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix sałat 20 g	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser mozzarella kulki 70 g (MLE) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix sałat 20 g	Mleko 200 ml (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g Ser mozzarella kulki 70 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mix sałat 20 g	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser żółty 40 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix sałat 20 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) Ser żółty 40 g (MLE) Sałata zielona 5 g						
	Obiad	Koperkowa z ryżem * 300 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Gulasz wieprzowy. 150 g (GLU PSZ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml			Koperkowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Gulasz wieprzowy. 150 g (GLU PSZ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml			Koperkowa z ryżem brązowym* 400 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml			Koperkowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL) Knedle z truskawkami * 300 g (GLU PSZ) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	PD								Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE)			
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (SOJ) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (SOJ) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml 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) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (SOJ) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (SOJ) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (SOJ) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pasztet z soczewicy * 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g					
PN	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)						Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.)		Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)			
	Wartość energetyczna: 2341.09 kcal; Białko ogółem: 89.33 g; Tłuszcz: 87.39 g; Kw. tł. nasy.: 42.08 g; Węglowodany ogółem: 321.45 g; W tym cukry: 75.90 g; Błonnik pok.: 29.83 g; Sól: 9.82 g;	Wartość energetyczna: 2200.54 kcal; Białko ogółem: 90.58 g; Tłuszcz: 73.54 g; Kw. tł. nasy.: 37.15 g; Węglowodany ogółem: 311.88 g; W tym cukry: 71.95 g; Błonnik pok.: 23.41 g; Sól: 8.64 g;	Wartość energetyczna: 2675.90 kcal; Białko ogółem: 103.52 g; Tłuszcz: 108.14 g; Kw. tł. nasy.: 50.72 g; Węglowodany ogółem: 351.70 g; W tym cukry: 64.77 g; Błonnik pok.: 36.00 g; Sól: 12.55 g;	Wartość energetyczna: 2408.20 kcal; Białko ogółem: 102.74 g; Tłuszcz: 80.22 g; Kw. tł. nasy.: 40.85 g; Węglowodany ogółem: 338.89 g; W tym cukry: 60.10 g; Błonnik pok.: 26.28 g; Sól: 10.29 g;	Wartość energetyczna: 2374.65 kcal; Białko ogółem: 125.39 g; Tłuszcz: 91.38 g; Kw. tł. nasy.: 51.81 g; Węglowodany ogółem: 313.76 g; W tym cukry: 32.38 g; Błonnik pok.: 45.09 g; Sól: 12.09 g;	Wartość energetyczna: 2804.46 kcal; Białko ogółem: 93.52 g; Tłuszcz: 91.34 g; Kw. tł. nasy.: 46.41 g; Węglowodany ogółem: 440.55 g; W tym cukry: 70.27 g; Błonnik pok.: 35.64 g; Sól: 8.82 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-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa wądroba drobowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>) Cukier 25 g Sałata lodowa 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>) Szynkowa wądroba drobowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>) Cukier 25 g Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa wądroba drobowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 70 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>) Cukier 25 g Sałata lodowa 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>) Szynkowa wądroba drobowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 70 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>) Cukier 25 g Sałata lodowa 20 g	Mleko 200 ml (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa wądroba drobowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 70 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Hummus z ciecierzycy 70 g Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 70 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>) Cukier 25 g Sałata lodowa 20 g
II śN	Galaretka z owocami bez dodatku cukru 123g 1 szt				Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 50 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g	
Obiad	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Kotlet z udźca drobiowego 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Kotlet z udźca drobiowego 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Kotlet z udźca drobiowego 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bitka z udźca z kurczaka duszona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem pełnoziarnistym* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Kotlet z udźca z kurczaka duszona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Kotlety sojowe panierowane 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
PD					Ciasto drożdżowe b/c 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	
Kolacja	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>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Pasta z twarogu waniliowa 50 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomarańcza 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 40 g Pasta z twarogu waniliowa 70 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomarańcza 150 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>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Pasta z twarogu waniliowa 70 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	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>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 40 g Pasta z twarogu waniliowa 70 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomarańcza 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 40 g Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomarańcza 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Dżem 30 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomarańcza 150 g
PN	Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)				Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobny grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g	Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)
	Wartość energetyczna: 2209.98 kcal; Białko ogółem: 85.20 g; Tłuszcz: 75.98 g; Kw. tł. nasy.: 26.53 g; Węglowodany ogółem: 316.64 g; W tym cukry: 93.91 g; Błonnik pok.: 24.54 g; Sól: 6.37 g;	Wartość energetyczna: 2194.78 kcal; Białko ogółem: 92.88 g; Tłuszcz: 73.59 g; Kw. tł. nasy.: 26.76 g; Węglowodany ogółem: 305.19 g; W tym cukry: 93.80 g; Błonnik pok.: 20.22 g; Sól: 6.61 g;	Wartość energetyczna: 2329.99 kcal; Białko ogółem: 97.56 g; Tłuszcz: 80.95 g; Kw. tł. nasy.: 27.81 g; Węglowodany ogółem: 329.98 g; W tym cukry: 73.72 g; Błonnik pok.: 30.18 g; Sól: 7.65 g;	Wartość energetyczna: 2332.19 kcal; Białko ogółem: 103.46 g; Tłuszcz: 78.64 g; Kw. tł. nasy.: 28.00 g; Węglowodany ogółem: 319.69 g; W tym cukry: 74.92 g; Błonnik pok.: 22.71 g; Sól: 7.59 g;	Wartość energetyczna: 2850.08 kcal; Białko ogółem: 143.51 g; Tłuszcz: 103.33 g; Kw. tł. nasy.: 37.25 g; Węglowodany ogółem: 353.16 g; W tym cukry: 51.52 g; Błonnik pok.: 44.56 g; Sól: 9.31 g;	Wartość energetyczna: 2335.02 kcal; Białko ogółem: 79.80 g; Tłuszcz: 76.53 g; Kw. tł. nasy.: 25.18 g; Węglowodany ogółem: 363.22 g; W tym cukry: 86.09 g; Błonnik pok.: 40.27 g; Sól: 5.70 g;

eKAW- CH Podstawowa		eKAW- CH Łatwo strawna		eKAW- STO Podstawowa		eKAW- STO Łatwo strawna		eKAW- STO Cukrzycowa		eKAW- STO Wegetariańska			
2026-04-20 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Roszponka 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Roszponka 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Roszponka 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Roszponka 20 g	Mleko 200 ml (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Roszponka 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasztet sojowy z pomidorami 70 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Roszponka 20 g						
	II ŚN	Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 5 g						
	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kluski leniwe z serem 250 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.</u>) Mus z jabłek () z/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml			Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kluski leniwe z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.</u>) Mus z jabłek () z/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml			Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Pulpet mięsno-warzywny* (wieprzowy) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml			Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kluski leniwe z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.</u>) Mus z jabłek () b/c 150 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 (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml							
PN	Galaretką z owocami bez dodatku cukru 123g 1 szt					Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Filet z kurczaka gotowany 40 g		Galaretką z owocami bez dodatku cukru 123g 1 szt					
	Wartość energetyczna: 2418.90 kcal; Białko ogółem: 73.01 g; Tłuszcz: 71.48 g; Kw. tł. nasy.: 34.32 g; Węglowodany ogółem: 394.75 g; W tym cukry: 125.83 g; Błonnik pok.: 26.60 g; Sól: 7.18 g;	Wartość energetyczna: 2379.93 kcal; Białko ogółem: 73.76 g; Tłuszcz: 64.14 g; Kw. tł. nasy.: 33.44 g; Węglowodany ogółem: 394.70 g; W tym cukry: 122.78 g; Błonnik pok.: 20.20 g; Sól: 6.95 g;	Wartość energetyczna: 2661.80 kcal; Białko ogółem: 84.26 g; Tłuszcz: 77.11 g; Kw. tł. nasy.: 36.78 g; Węglowodany ogółem: 433.78 g; W tym cukry: 117.13 g; Błonnik pok.: 29.36 g; Sól: 8.30 g;	Wartość energetyczna: 2622.83 kcal; Białko ogółem: 85.01 g; Tłuszcz: 69.76 g; Kw. tł. nasy.: 35.90 g; Węglowodany ogółem: 433.72 g; W tym cukry: 114.09 g; Błonnik pok.: 22.95 g; Sól: 8.08 g;	Wartość energetyczna: 2583.42 kcal; Białko ogółem: 106.02 g; Tłuszcz: 93.63 g; Kw. tł. nasy.: 37.52 g; Węglowodany ogółem: 375.62 g; W tym cukry: 56.94 g; Błonnik pok.: 55.35 g; Sól: 9.67 g;	Wartość energetyczna: 2753.11 kcal; Białko ogółem: 79.39 g; Tłuszcz: 91.00 g; Kw. tł. nasy.: 37.13 g; Węglowodany ogółem: 431.58 g; W tym cukry: 109.43 g; Błonnik pok.: 31.32 g; Sól: 7.94 g;							

		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska
2026-04-21 wtorek	Śniadanie	Makaron 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 zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEŁ, GOR,</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix sałat 20 g	Makaron 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 zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEŁ, GOR,</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix sałat 20 g	Makaron 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 zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEŁ, GOR,</u>) Ser topiony 50 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix sałat 20 g	Makaron 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 zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEŁ, GOR,</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix sałat 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 zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEŁ, GOR,</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mix sałat 20 g	Makaron 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>) Ser topiony 50 g (<u>MLE,</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix sałat 20 g
	II ŚN	Banan 1szt. 1 szt				Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Sałata zielona 5 g	
	Obiad	Grochowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEŁ,</u>) Kasza bulgur 160 g (<u>GLU PSZ,</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem () 150 g Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEŁ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEŁ,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (<u>GLU JECZ,</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEŁ,</u>) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEŁ,</u>) Kasza bulgur 180 g (<u>GLU PSZ,</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEŁ,</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEŁ,</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEŁ,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ,</u>) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEŁ,</u>) Kasza bulgur 180 g (<u>GLU PSZ,</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEŁ,</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEŁ,</u>) Kaszotto wegetariańskie z tofu * 300 g (<u>SOJ, SEŁ, GLU JECZ,</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEŁ,</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD					Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	
	Kolacja	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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 50 g (<u>RYB, SEŁ,</u>) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 50 g (<u>RYB, SEŁ,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 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>) Ser mozzarella kulki 70 g (<u>MLE,</u>) Pasztet rybny z warzywami (Łosoś) ** 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEŁ,</u>) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 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>) Pasztet rybny z warzywami (Łosoś) ** 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEŁ,</u>) Ser mozzarella kulki 70 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasztet rybny z warzywami (Łosoś) ** 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEŁ,</u>) Ser mozzarella kulki 70 g (<u>MLE,</u>) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE,</u>) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 100 g Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g
	PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE,</u>) Bułka maślana b/ml 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, może zawierać: SOJ, SEZ, GLU OW,</u>)				Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>)	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE,</u>) Bułka maślana b/ml 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, może zawierać: SOJ, SEZ, GLU OW,</u>)
	Wartość energetyczna: 2827.99 kcal; Białko ogółem: 114.76 g; Tłuszcz: 74.44 g; Kw. tł. nasy.: 31.46 g; Węglowodany ogółem: 413.24 g; W tym cukry: 100.50 g; Błonnik pok.: 29.34 g; Sól: 8.37 g;	Wartość energetyczna: 2662.16 kcal; Białko ogółem: 108.93 g; Tłuszcz: 66.66 g; Kw. tł. nasy.: 30.77 g; Węglowodany ogółem: 395.79 g; W tym cukry: 99.55 g; Błonnik pok.: 25.22 g; Sól: 7.09 g;	Wartość energetyczna: 3268.27 kcal; Białko ogółem: 134.06 g; Tłuszcz: 106.14 g; Kw. tł. nasy.: 49.43 g; Węglowodany ogółem: 439.06 g; W tym cukry: 66.36 g; Błonnik pok.: 34.28 g; Sól: 10.96 g;	Wartość energetyczna: 3030.59 kcal; Białko ogółem: 133.52 g; Tłuszcz: 86.75 g; Kw. tł. nasy.: 42.54 g; Węglowodany ogółem: 419.42 g; W tym cukry: 67.73 g; Błonnik pok.: 26.03 g; Sól: 8.56 g;	Wartość energetyczna: 2820.00 kcal; Białko ogółem: 137.40 g; Tłuszcz: 101.05 g; Kw. tł. nasy.: 45.38 g; Węglowodany ogółem: 370.87 g; W tym cukry: 35.67 g; Błonnik pok.: 38.49 g; Sól: 11.07 g;	Wartość energetyczna: 2918.10 kcal; Białko ogółem: 88.91 g; Tłuszcz: 97.62 g; Kw. tł. nasy.: 43.38 g; Węglowodany ogółem: 424.97 g; W tym cukry: 91.15 g; Błonnik pok.: 43.40 g; Sól: 10.09 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) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (SOJ) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 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) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (SOJ) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g 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) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (SOJ) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 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) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (SOJ) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Mleko 200 ml (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (SOJ) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 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) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pasztet sojowy z pomidorami 70 g (SOJ, GOR) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Jabłko 1 szt 1 szt
II ŚN	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)				Chleb żytni razowy 50 g (GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Sałata zielona 5 g	
Obiad	Grysikowa z ziemniakami* 300 ml (GLU PSZ, SEL) Filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grysikowa z ziemniakami* 300 ml (GLU PSZ, SEL) Filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Dymia z wody 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Dymia z wody 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Placki ziemniaczane 300 g (GLU PSZ, JAJ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
PD					Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mix sałat 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mix sałat 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) Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mix sałat 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mix sałat 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mix sałat 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 soczewicy czerwonej 70 g Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mix sałat 20 g
PN	Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt		Sok pomidorowy, kubek 0,2 l 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Schab gotowany 60 g	Sok pomidorowy, kubek 0,2 l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2126.75 kcal; Białko ogółem: 107.07 g; Tłuszcz: 59.98 g; Kw. tł. nasy.: 25.39 g; Węglowodany ogółem: 308.54 g; W tym cukry: 80.65 g; Błonnik pok.: 21.37 g; Sól: 8.97 g;	Wartość energetyczna: 2132.74 kcal; Białko ogółem: 108.87 g; Tłuszcz: 55.33 g; Kw. tł. nasy.: 25.17 g; Węglowodany ogółem: 312.07 g; W tym cukry: 86.29 g; Błonnik pok.: 20.59 g; Sól: 6.85 g;	Wartość energetyczna: 2226.85 kcal; Białko ogółem: 104.91 g; Tłuszcz: 60.06 g; Kw. tł. nasy.: 27.69 g; Węglowodany ogółem: 341.61 g; W tym cukry: 67.70 g; Błonnik pok.: 27.35 g; Sól: 12.60 g;	Wartość energetyczna: 2256.35 kcal; Białko ogółem: 108.01 g; Tłuszcz: 55.31 g; Kw. tł. nasy.: 27.46 g; Węglowodany ogółem: 345.09 g; W tym cukry: 73.14 g; Błonnik pok.: 23.28 g; Sól: 10.39 g;	Wartość energetyczna: 2373.37 kcal; Białko ogółem: 136.25 g; Tłuszcz: 74.03 g; Kw. tł. nasy.: 35.13 g; Węglowodany ogółem: 330.39 g; W tym cukry: 45.70 g; Błonnik pok.: 36.73 g; Sól: 12.67 g;	Wartość energetyczna: 2706.97 kcal; Białko ogółem: 82.17 g; Tłuszcz: 105.48 g; Kw. tł. nasy.: 30.96 g; Węglowodany ogółem: 385.15 g; W tym cukry: 75.26 g; Błonnik pok.: 33.00 g; Sól: 10.74 g;

		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska	
2026-04-23 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser mozzarella kulki 50 g (MLE) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Rukola 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser mozzarella kulki 50 g (MLE) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Rukola 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Ser mozzarella kulki 70 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Rukola 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser mozzarella kulki 70 g (MLE) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Rukola 20 g	Mleko 200 ml (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser mozzarella kulki 70 g (MLE) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Rukola 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser mozzarella kulki 70 g (MLE) Serek Fromage 70 g (GLU PSZ, MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Rukola 20 g	
	II ŚN	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twarożek 40 g (MLE) Sałata zielona 5 g		
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Łazanki z kapustą i mięsem drob z udźca 300 g (GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 180 g (GLU PSZ, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ) Łopatka wieprzowa pieczona 100 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z warzywami i serem żółtym* 300 g (GLU PSZ, MLE.) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	PD						Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z tofu i marchewki 50 g (SOJ.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Fasolka szparagowa z wody* 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z tofu i marchewki 70 g (SOJ.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Fasolka szparagowa z wody* 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z tofu i marchewki 70 g (SOJ.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Fasolka szparagowa z wody* 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z tofu i marchewki 70 g (SOJ.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Fasolka szparagowa z wody* 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 40 g Pasta z tofu i marchewki 70 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Fasolka szparagowa z wody* 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasztet z soczewicy () 70 g (JAJ.) Pasta z tofu i marchewki 70 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Fasolka szparagowa z wody* 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) Schab gotowany 40 g	Ciasto drożdżowe b/c 50 g (GLU PSZ, JAJ.)
	Wartość energetyczna: 2422.19 kcal; Białko ogółem: 99.78 g; Tłuszcz: 74.40 g; Kw. tł. nasy.: 34.46 g; Węglowodany ogółem: 324.40 g; W tym cukry: 59.62 g; Błonnik pok.: 25.17 g; Sól: 7.55 g;	Wartość energetyczna: 2449.94 kcal; Białko ogółem: 98.49 g; Tłuszcz: 74.93 g; Kw. tł. nasy.: 34.46 g; Węglowodany ogółem: 329.97 g; W tym cukry: 57.45 g; Błonnik pok.: 21.85 g; Sól: 7.66 g;	Wartość energetyczna: 2595.02 kcal; Białko ogółem: 104.61 g; Tłuszcz: 82.18 g; Kw. tł. nasy.: 37.84 g; Węglowodany ogółem: 353.41 g; W tym cukry: 69.88 g; Błonnik pok.: 32.82 g; Sól: 10.01 g;	Wartość energetyczna: 2717.45 kcal; Białko ogółem: 112.14 g; Tłuszcz: 82.27 g; Kw. tł. nasy.: 36.57 g; Węglowodany ogółem: 369.26 g; W tym cukry: 64.65 g; Błonnik pok.: 25.14 g; Sól: 9.32 g;	Wartość energetyczna: 2537.49 kcal; Białko ogółem: 143.09 g; Tłuszcz: 88.12 g; Kw. tł. nasy.: 43.39 g; Węglowodany ogółem: 338.18 g; W tym cukry: 39.28 g; Błonnik pok.: 45.86 g; Sól: 9.73 g;	Wartość energetyczna: 2898.07 kcal; Białko ogółem: 93.22 g; Tłuszcz: 105.87 g; Kw. tł. nasy.: 55.08 g; Węglowodany ogółem: 384.41 g; W tym cukry: 69.00 g; Błonnik pok.: 31.85 g; Sól: 8.05 g;		

		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska	
2026-04-24 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (<u>SOJ.</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Mandarynka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Sałata zielona 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (<u>SOJ.</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Sałata zielona 20 g	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 40 g (<u>SOJ.</u>) Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE</u>) Mandarynka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Sałata zielona 20 g	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 40 g (<u>SOJ.</u>) Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Sałata zielona 20 g	Mleko 200 ml (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 40 g (<u>SOJ.</u>) Mandarynka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE</u>) Mandarynka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Sałata zielona 20 g	
	II ŚN	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Schab gotowany 40 g Sałata zielona 5 g		
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Pulpet rybny (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka żydowska z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Pulpet rybny (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka żydowska z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem brązowym * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka żydowska z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka żydowska z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	PD						Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (<u>JAJ, MLE</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mix sałat 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (<u>JAJ, MLE</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mix sałat 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 70 g (<u>JAJ, MLE</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mix sałat 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 70 g (<u>JAJ, MLE</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mix sałat 20 g	Chleb żytni razowy 70 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 70 g (<u>JAJ, MLE</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mix sałat 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 70 g (<u>JAJ, MLE</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mix sałat 20 g	
PN	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)					Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	
		Wartość energetyczna: 2146.28 kcal; Białko ogółem: 94.98 g; Tłuszcz: 61.52 g; Kw. tł. nasy.: 26.83 g; Węglowodany ogółem: 327.06 g; W tym cukry: 87.10 g; Błonnik pok.: 27.53 g; Sól: 8.81 g;	Wartość energetyczna: 2162.80 kcal; Białko ogółem: 98.80 g; Tłuszcz: 57.91 g; Kw. tł. nasy.: 26.28 g; Węglowodany ogółem: 329.86 g; W tym cukry: 92.67 g; Błonnik pok.: 23.73 g; Sól: 7.86 g;	Wartość energetyczna: 2329.07 kcal; Białko ogółem: 103.86 g; Tłuszcz: 64.31 g; Kw. tł. nasy.: 26.67 g; Węglowodany ogółem: 355.75 g; W tym cukry: 69.86 g; Błonnik pok.: 29.32 g; Sól: 10.40 g;	Wartość energetyczna: 2345.59 kcal; Białko ogółem: 107.68 g; Tłuszcz: 60.69 g; Kw. tł. nasy.: 26.12 g; Węglowodany ogółem: 358.54 g; W tym cukry: 75.43 g; Błonnik pok.: 25.52 g; Sól: 9.45 g;	Wartość energetyczna: 2216.56 kcal; Białko ogółem: 121.97 g; Tłuszcz: 73.55 g; Kw. tł. nasy.: 31.72 g; Węglowodany ogółem: 301.35 g; W tym cukry: 45.96 g; Błonnik pok.: 36.20 g; Sól: 13.70 g;	Wartość energetyczna: 2244.71 kcal; Białko ogółem: 91.45 g; Tłuszcz: 62.00 g; Kw. tł. nasy.: 28.09 g; Węglowodany ogółem: 351.92 g; W tym cukry: 80.19 g; Błonnik pok.: 29.11 g; Sól: 7.59 g;	

	eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska
Śniadanie	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>może zawierać: MLE, SEL, GOR,</u>) Ketchup 30 g (<u>SEL,</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Sałata lodowa 20 g	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u>) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Pomidor b/skórki 80 g	Platki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 120 g (<u>może zawierać: MLE, SEL, GOR,</u>) Ketchup 30 g (<u>SEL,</u>) Pasta warzywna* 80 g (<u>SEL,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Sałata lodowa 20 g	Platki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Pasta warzywna* 80 g (<u>SEL,</u>)	Mleko 200 ml (<u>MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pasta warzywna* 80 g (<u>SEL,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata lodowa 20 g	Platki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE,</u>) Pasta warzywna* 80 g (<u>SEL,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Sałata lodowa 20 g
II ŚN	Biskopki 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,</u>)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Filet z kurczaka gotowany 40 g Sałata zielona 5 g	
Obiad	Selerowa z ziemniakami * 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Kasza gryczana 180 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Gulasz z soczewicy i papryki () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Buraczki gotowane 150 g
PD					Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	
Kolacja	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>) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny z olejem 100 g (<u>SEL,</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 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>) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny z olejem 100 g (<u>SEL,</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny z olejem 100 g (<u>SEL,</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 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>) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny z olejem 100 g (<u>SEL,</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny z olejem 100 g (<u>SEL,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Miód (25g) 1 szt Sałatka z brokułem, ciecierzycą, pestkami słonecznika i koperkiem 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt				Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 40 g (<u>SOJ,</u>)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt
	Wartość energetyczna: 2398.76 kcal; Białko ogółem: 79.06 g; Tłuszcz: 88.92 g; Kw. tł. nasy.: 31.00 g; Węglowodany ogółem: 349.04 g; W tym cukry: 90.52 g; Błonnik pok.: 29.79 g; Sól: 9.51 g;	Wartość energetyczna: 2226.57 kcal; Białko ogółem: 75.69 g; Tłuszcz: 73.95 g; Kw. tł. nasy.: 28.22 g; Węglowodany ogółem: 339.76 g; W tym cukry: 88.82 g; Błonnik pok.: 25.39 g; Sól: 7.26 g;	Wartość energetyczna: 2720.59 kcal; Białko ogółem: 86.20 g; Tłuszcz: 108.44 g; Kw. tł. nasy.: 37.63 g; Węglowodany ogółem: 380.27 g; W tym cukry: 89.05 g; Błonnik pok.: 38.99 g; Sól: 11.66 g;	Wartość energetyczna: 2460.29 kcal; Białko ogółem: 85.65 g; Tłuszcz: 81.45 g; Kw. tł. nasy.: 30.17 g; Węglowodany ogółem: 368.34 g; W tym cukry: 86.61 g; Błonnik pok.: 31.32 g; Sól: 8.84 g;	Wartość energetyczna: 2519.36 kcal; Białko ogółem: 121.39 g; Tłuszcz: 95.92 g; Kw. tł. nasy.: 37.84 g; Węglowodany ogółem: 343.38 g; W tym cukry: 45.87 g; Błonnik pok.: 47.67 g; Sól: 10.42 g;	Wartość energetyczna: 2497.12 kcal; Białko ogółem: 72.98 g; Tłuszcz: 81.42 g; Kw. tł. nasy.: 36.27 g; Węglowodany ogółem: 403.61 g; W tym cukry: 108.98 g; Błonnik pok.: 43.34 g; Sól: 6.85 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-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (JAJ.) Pomidor 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.) Cukier 25 g Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (JAJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata lodowa 20 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.) Cukier 25 g Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.) Cukier 25 g Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata lodowa 20 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.) Cukier 25 g Pomidor 80 g	Mleko 200 ml (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.) Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Hummus z ciecierzycy 70 g Pomidor 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.) Cukier 25 g Sałata lodowa 20 g
II ŚN	Mandarynka 150 g				Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 5 g	
Obiad	Pomidorowa z makaronem * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Bitka schabowa duszona 100 g (GLU PSZ.) Sos pieczeniowy 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Bitka schabowa duszona 100 g (GLU PSZ.) Sos pieczeniowy 80 ml (GLU PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bitka schabowa duszona 100 g (GLU PSZ.) Sos pieczeniowy 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bitka schabowa duszona 100 g (GLU PSZ.) Sos pieczeniowy 80 ml (GLU PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bitka schabowa duszona 100 g (GLU PSZ.) Sos pieczeniowy 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Zapiekanka z ziemniaków i warzyw* 350 g (JAJ, MLE, SEL.) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
PD					Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE.)	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twaróg półtłusty 70 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twaróg półtłusty 70 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twaróg półtłusty 70 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twaróg półtłusty 70 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twaróg półtłusty 70 g (MLE.) Pasta z soczewicy czerwonej 70 g Twaróg półtłusty 70 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt
PN	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Ciasto drożdżowe b/c 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Ciasto drożdżowe b/c 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.)	Ciasto drożdżowe b/c 50 g (GLU PSZ, JAJ.)
	Wartość energetyczna: 2409.12 kcal; Białko ogółem: 103.79 g; Tłuszcz: 66.63 g; Kw. tł. nasy.: 28.02 g; Węglowodany ogółem: 343.48 g; W tym cukry: 112.34 g; Błonnik pok.: 27.99 g; Sól: 6.45 g;	Wartość energetyczna: 2423.19 kcal; Białko ogółem: 104.76 g; Tłuszcz: 66.83 g; Kw. tł. nasy.: 28.14 g; Węglowodany ogółem: 338.31 g; W tym cukry: 105.48 g; Błonnik pok.: 24.92 g; Sól: 6.54 g;	Wartość energetyczna: 2532.55 kcal; Białko ogółem: 113.99 g; Tłuszcz: 68.98 g; Kw. tł. nasy.: 28.95 g; Węglowodany ogółem: 364.46 g; W tym cukry: 100.83 g; Błonnik pok.: 30.74 g; Sól: 7.78 g;	Wartość energetyczna: 2570.11 kcal; Białko ogółem: 116.26 g; Tłuszcz: 69.08 g; Kw. tł. nasy.: 29.06 g; Węglowodany ogółem: 359.25 g; W tym cukry: 93.76 g; Błonnik pok.: 24.37 g; Sól: 7.78 g;	Wartość energetyczna: 2656.39 kcal; Białko ogółem: 141.69 g; Tłuszcz: 89.34 g; Kw. tł. nasy.: 40.11 g; Węglowodany ogółem: 368.01 g; W tym cukry: 78.89 g; Błonnik pok.: 45.44 g; Sól: 10.27 g;	Wartość energetyczna: 2593.49 kcal; Białko ogółem: 87.35 g; Tłuszcz: 79.76 g; Kw. tł. nasy.: 33.36 g; Węglowodany ogółem: 383.45 g; W tym cukry: 101.01 g; Błonnik pok.: 38.91 g; Sól: 6.07 g;

Oznaczenia wskaźników odż.:

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