

	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>) Paszтет drobiowy + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, SOJ.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 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>) Schab Benedyktński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ.</u>) Miód (25g) 1 szt Bukiet warzyw gotowanych + 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 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>) Paszтет drobiowy + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, SOJ.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 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>) Schab Benedyktński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ.</u>) Miód (25g) 1 szt Bukiet warzyw gotowanych + 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 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>) Schab Benedyktński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 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>) Ser mozzarella 70 g (<u>MLE.</u>) Hummus + 70 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 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 + 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 5 g	
Obiad	Zupa ziemniaczana + 300 g (<u>MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 160 g Gulasz wieprzowy węgierski + 150 g (<u>MLE.</u>) Surówka z czerwonej kapusty z natką pietruszki i słonecznikiem b/c + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 300 g (<u>MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 160 g Mięso wieprzowe z warzywami do risotto + 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Sos pomidorowy + 80 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 400 g (<u>MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 180 g Gulasz wieprzowy węgierski + 150 g (<u>MLE.</u>) Surówka z czerwonej kapusty z natką pietruszki i słonecznikiem b/c + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 400 g (<u>MLE, SEL.</u>) Mięso wieprzowe z warzywami do risotto + 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 150 g Sos pomidorowy + 80 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 400 g (<u>MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Mięso wieprzowe z warzywami do risotto + 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Sos pomidorowy + 80 g Surówka z czerwonej kapusty z natką pietruszki i słonecznikiem b/c + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 400 g (<u>MLE, SEL.</u>) Krokiety ziemniaczane z mozzarellą + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.</u>) Dip jogurtowo-ziolowy + 80 g (<u>MLE.</u>) Surówka z czerwonej kapusty z natką pietruszki i słonecznikiem b/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>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pasta z brokuła + 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>) Serek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pasta z brokuła + 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>) Ser żółty 40 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Pasta z brokuła + 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>) Serek śmietankowy naturalny 70 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Pasta z brokuła + 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pasta z brokuła + 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>) Ser żółty 40 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Pasta z brokuła + 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>) Paszтет sojowy z pomidorami 70 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE.</u>) Pasta z brokuła + 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>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>)	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: 2435.85 kcal; Białko ogółem: 89.45 g; Tłuszcz: 83.03 g; Kw. tł. nasy.: 34.60 g; Węglowodany ogółem: 346.12 g; W tym cukry: 90.79 g; Błonnik pok.: 34.39 g; Sól: 10.70 g;	Wartość energetyczna: 2490.75 kcal; Białko ogółem: 76.94 g; Tłuszcz: 89.71 g; Kw. tł. nasy.: 38.10 g; Węglowodany ogółem: 350.21 g; W tym cukry: 91.22 g; Błonnik pok.: 28.51 g; Sól: 13.01 g;	Wartość energetyczna: 2679.03 kcal; Białko ogółem: 103.45 g; Tłuszcz: 92.08 g; Kw. tł. nasy.: 38.68 g; Węglowodany ogółem: 375.70 g; W tym cukry: 77.03 g; Błonnik pok.: 38.37 g; Sól: 12.92 g;	Wartość energetyczna: 2713.07 kcal; Białko ogółem: 86.06 g; Tłuszcz: 98.88 g; Kw. tł. nasy.: 42.70 g; Węglowodany ogółem: 378.95 g; W tym cukry: 77.68 g; Błonnik pok.: 32.32 g; Sól: 15.05 g;	Wartość energetyczna: 2809.36 kcal; Białko ogółem: 117.90 g; Tłuszcz: 115.71 g; Kw. tł. nasy.: 43.96 g; Węglowodany ogółem: 344.89 g; W tym cukry: 62.58 g; Błonnik pok.: 57.51 g; Sól: 14.20 g;	Wartość energetyczna: 2842.13 kcal; Białko ogółem: 99.84 g; Tłuszcz: 116.36 g; Kw. tł. nasy.: 37.28 g; Węglowodany ogółem: 361.51 g; W tym cukry: 75.67 g; Błonnik pok.: 41.31 g; Sól: 12.36 g;

		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska	
2026-02-17 wtorek	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>) Pasztet z fasoli + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW,</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor 80 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 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>) Pasztet z fasoli + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW,</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 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>) Pasztet z fasoli + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW,</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) 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>) Pasztet z fasoli + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW,</u>) Sałatka makaronowa z warzywami (dieta) + 100 g (<u>GLUPSZ, MLE, SEL,</u>) Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 g Rukola 20 g	
	II ŚN	Biskvity 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Sałata zielona 5 g		
	Obiad	Krupnik jęczmienny + 300 g (<u>SOJ, SEL, GLU JĘCZ,</u>) Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 100 g Sos brokułowy- dieta + 80 g (<u>MLE,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Surówka Colesław + 150 g (<u>JAJ, MLE, GOR, SO2,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 300 g (<u>SOJ, SEL, GLU JĘCZ,</u>) Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 100 g Sos brokułowy + 80 g (<u>GLUPSZ, MLE,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Cukinia gotowana + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 400 g (<u>SOJ, SEL, GLU JĘCZ,</u>) Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 100 g Sos brokułowy- dieta + 80 g (<u>MLE,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka Colesław + 150 g (<u>JAJ, MLE, GOR, SO2,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 400 g (<u>SOJ, SEL, GLU JĘCZ,</u>) Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 100 g Sos brokułowy + 80 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Cukinia gotowana + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 400 g (<u>SOJ, SEL, GLU JĘCZ,</u>) Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 100 g Sos brokułowy + 80 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka Colesław + 150 g (<u>JAJ, MLE, GOR, SO2,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 400 g (<u>SOJ, SEL, GLU JĘCZ,</u>) Burger z soczewicy pieczony + 100 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Salsa pomidorowa + 80 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Cukinia gotowana + 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>) Ser mozzarella 50 g (<u>MLE,</u>) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pasta warzywna + 80 g (<u>SEL,</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>) Ser mozzarella 50 g (<u>MLE,</u>) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pasta warzywna + 80 g (<u>SEL,</u>)	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>) Ser mozzarella 70 g (<u>MLE,</u>) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pasta warzywna + 80 g (<u>SEL,</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>) Ser mozzarella 70 g (<u>MLE,</u>) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pasta warzywna + 80 g (<u>SEL,</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek pomidorowy + 70 g (<u>MLE,</u>) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pasta warzywna + 80 g (<u>SEL,</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>) Twarożek pomidorowy + 70 g (<u>MLE,</u>) Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pasta warzywna + 80 g (<u>SEL,</u>)	
	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: 2330.18 kcal; Białko ogółem: 103.40 g; Tłuszcz: 77.89 g; Kw. tł. nasy.: 24.23 g; Węglowodany ogółem: 327.38 g; W tym cukry: 93.42 g; Błonnik pok.: 34.15 g; Sól: 10.91 g;	Wartość energetyczna: 2191.78 kcal; Białko ogółem: 104.97 g; Tłuszcz: 66.03 g; Kw. tł. nasy.: 23.00 g; Węglowodany ogółem: 311.39 g; W tym cukry: 85.81 g; Błonnik pok.: 22.05 g; Sól: 10.91 g;	Wartość energetyczna: 2625.15 kcal; Białko ogółem: 120.87 g; Tłuszcz: 85.31 g; Kw. tł. nasy.: 25.69 g; Węglowodany ogółem: 360.07 g; W tym cukry: 90.85 g; Błonnik pok.: 35.99 g; Sól: 13.18 g;	Wartość energetyczna: 2441.31 kcal; Białko ogółem: 121.33 g; Tłuszcz: 72.44 g; Kw. tł. nasy.: 24.30 g; Węglowodany ogółem: 336.77 g; W tym cukry: 82.88 g; Błonnik pok.: 25.14 g; Sól: 13.02 g;	Wartość energetyczna: 2780.94 kcal; Białko ogółem: 134.21 g; Tłuszcz: 107.66 g; Kw. tł. nasy.: 45.05 g; Węglowodany ogółem: 344.51 g; W tym cukry: 62.93 g; Błonnik pok.: 52.74 g; Sól: 14.96 g;	Wartość energetyczna: 2660.11 kcal; Białko ogółem: 84.20 g; Tłuszcz: 79.30 g; Kw. tł. nasy.: 30.11 g; Węglowodany ogółem: 420.66 g; W tym cukry: 94.46 g; Błonnik pok.: 42.94 g; Sól: 11.97 g;	

	eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska
2026-02-18 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) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 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) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Kalafor gotowany + 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Twaróg półtłusty 70 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Twaróg półtłusty 70 g (MLE) Kalafor gotowany + 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 g Sałata zielona 20 g	Mleko 200 ml (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Twaróg półtłusty 70 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 70 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 40 g Sałata zielona 5 g	
	Obiad Barszcz czerwony z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Pyzy z truskawkami + 300 g (JAJ) Dip jogurtowy naturalny + 80 g (MLE) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Pyzy z truskawkami + 300 g (JAJ) Dip jogurtowy naturalny + 80 g (MLE) Marchew gotowana + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Pyzy z truskawkami + 300 g (JAJ) Dip jogurtowy naturalny + 80 g (MLE) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Pyzy z truskawkami + 300 g (JAJ) Dip jogurtowy naturalny + 80 g (MLE) Marchew gotowana + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Pulpet z mintaja + 2 [Por] x 50 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy dieta (bez mleka) + 80 g (SEL.) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Pyzy z truskawkami + 300 g (JAJ) Dip jogurtowy naturalny + 80 g (MLE) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy + 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) Ser żółty 30 g (MLE) Tuńczyk w sosie własnym 50 g (RYB.) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Tuńczyk w sosie własnym 50 g (RYB.) Serek śmietankowy naturalny 50 g (MLE) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Paprykarz z dorsza + 70 g (RYB, SOJ, SEL.) Ser żółty 40 g (MLE) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek śmietankowy naturalny 70 g (MLE) Paprykarz z dorsza + 70 g (RYB, SOJ, SEL.) 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) Paprykarz z dorsza + 70 g (RYB, SOJ, SEL.) Serek śmietankowy naturalny 70 g (MLE) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Paprykarz z dorsza + 70 g (RYB, SOJ, SEL.) Ser żółty 40 g (MLE) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 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) Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE)	Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt (GLU PSZ, MLE)
	Wartość energetyczna: 2518.83 kcal; Białko ogółem: 78.28 g; Tłuszcz: 70.72 g; Kw. tł. nasy.: 34.29 g; Węglowodany ogółem: 404.09 g; W tym cukry: 121.56 g; Błonnik pok.: 28.49 g; Sól: 10.87 g;	Wartość energetyczna: 2464.77 kcal; Białko ogółem: 76.44 g; Tłuszcz: 65.75 g; Kw. tł. nasy.: 35.37 g; Węglowodany ogółem: 402.82 g; W tym cukry: 116.53 g; Błonnik pok.: 27.76 g; Sól: 9.63 g;	Wartość energetyczna: 2641.64 kcal; Białko ogółem: 87.35 g; Tłuszcz: 82.01 g; Kw. tł. nasy.: 38.24 g; Węglowodany ogółem: 403.13 g; W tym cukry: 105.35 g; Błonnik pok.: 35.00 g; Sól: 12.27 g;	Wartość energetyczna: 2622.06 kcal; Białko ogółem: 85.37 g; Tłuszcz: 78.57 g; Kw. tł. nasy.: 40.32 g; Węglowodany ogółem: 405.38 g; W tym cukry: 100.72 g; Błonnik pok.: 30.97 g; Sól: 10.87 g;	Wartość energetyczna: 2488.69 kcal; Białko ogółem: 119.88 g; Tłuszcz: 95.76 g; Kw. tł. nasy.: 44.12 g; Węglowodany ogółem: 308.99 g; W tym cukry: 49.05 g; Błonnik pok.: 46.93 g; Sól: 16.20 g;	Wartość energetyczna: 2364.19 kcal; Białko ogółem: 73.43 g; Tłuszcz: 75.04 g; Kw. tł. nasy.: 34.21 g; Węglowodany ogółem: 363.49 g; W tym cukry: 88.69 g; Błonnik pok.: 34.23 g; Sól: 11.90 g;

2026-02-19 czwartek		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska	
	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenka 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadanej 30 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 g Mix sałat 20 g	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadanej 30 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 g Mix sałat 20 g	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenka 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadanej 40 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 g Mix sałat 20 g	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadanej 40 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 g Mix sałat 20 g	Mleko 200 ml (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenka 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadanej 40 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mix sałat 20 g	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenka 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Wędlina roślinna produkt na bazie białka grochowego 40 g (może zawierać: GLU PSZ, SOJ, GOR, SEZ.) Serek homo. naturalny 70 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 g Mix sałat 20 g	
	II ŚN	Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (MLE.)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Sałata zielona 5 g		
	Obiad	Zupa koperkowa z ryżem + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Pulpet z kurczaka + 2 [Por] x 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pieczarkowy + 80 g (MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Fasolka szparagowa żółta + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Pulpet z kurczaka + 2 [Por] x 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy + 80 g (MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Seler z pietruszką gotowany z olejem + 150 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Pulpet z kurczaka + 2 [Por] x 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pieczarkowy + 80 g (MLE.) Fasolka szparagowa żółta + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Pulpet z kurczaka + 2 [Por] x 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy + 80 g (MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Seler z pietruszką gotowany z olejem + 150 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem brązowym + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Pulpet z kurczaka + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy + 80 g (MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Fasolka szparagowa żółta + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Papryka faszerowana ryżem i warzywami + 300 g (SEL.) Fasolka szparagowa żółta + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	PD						Mandarynka 150 g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 30 g Twarożek ze słonecznikiem + 50 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pasta warzywna + 80 g (SEL.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 30 g Twarożek + 50 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pasta warzywna + 80 g (SEL.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 40 g Twarożek ze słonecznikiem + 70 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pasta warzywna + 80 g (SEL.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 40 g Twarożek + 70 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pasta warzywna + 80 g (SEL.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 40 g Twarożek ze słonecznikiem + 70 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pasta warzywna + 80 g (SEL.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek ze słonecznikiem + 70 g (MLE.) Pasta warzywna + 80 g (SEL.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pasta warzywna + 80 g (SEL.)	
	PN	Wafle ryżowe 30 g					Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 40 g (GLU PSZ, SOJ.)	Wafle ryżowe 30 g
	Wartość energetyczna: 2189.74 kcal; Białko ogółem: 93.24 g; Tłuszcz: 67.48 g; Kw. tł. nasy.: 31.14 g; Węglowodany ogółem: 315.78 g; W tym cukry: 87.30 g; Błonnik pok.: 31.96 g; Sól: 10.87 g;	Wartość energetyczna: 2284.82 kcal; Białko ogółem: 94.27 g; Tłuszcz: 71.36 g; Kw. tł. nasy.: 30.75 g; Węglowodany ogółem: 328.34 g; W tym cukry: 90.30 g; Błonnik pok.: 30.80 g; Sól: 11.09 g;	Wartość energetyczna: 2379.68 kcal; Białko ogółem: 106.46 g; Tłuszcz: 70.49 g; Kw. tł. nasy.: 31.40 g; Węglowodany ogółem: 344.69 g; W tym cukry: 70.83 g; Błonnik pok.: 35.01 g; Sól: 13.08 g;	Wartość energetyczna: 2473.22 kcal; Białko ogółem: 107.43 g; Tłuszcz: 74.25 g; Kw. tł. nasy.: 31.01 g; Węglowodany ogółem: 357.19 g; W tym cukry: 73.84 g; Błonnik pok.: 33.83 g; Sól: 13.26 g;	Wartość energetyczna: 2340.83 kcal; Białko ogółem: 116.96 g; Tłuszcz: 76.99 g; Kw. tł. nasy.: 34.88 g; Węglowodany ogółem: 317.83 g; W tym cukry: 53.15 g; Błonnik pok.: 52.08 g; Sól: 14.57 g;	Wartość energetyczna: 2241.21 kcal; Białko ogółem: 78.97 g; Tłuszcz: 65.89 g; Kw. tł. nasy.: 26.83 g; Węglowodany ogółem: 352.75 g; W tym cukry: 84.02 g; Błonnik pok.: 46.09 g; Sól: 11.29 g;		

	eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska
Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Dżem 30 g Ser mozzarella 50 g (MLE,) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 g Rukola 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Dżem 30 g Ser mozzarella 50 g (MLE,) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 g Rukola 20 g	Kasza manna na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Dżem 30 g Ser mozzarella 70 g (MLE,) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 g Rukola 20 g	Kasza manna na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Dżem 30 g Ser mozzarella 70 g (MLE,) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 g Rukola 20 g	Mleko 200 ml (MLE,) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Ser mozzarella 70 g (MLE,) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Rukola 20 g	Kasza manna na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Ser mozzarella 70 g (MLE,) Dżem 30 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 g Rukola 20 g
II ŚN	Herbatniki Be Be 16g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ,)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 5 g	
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem + 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Kotlet z miruny 100g + 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ,) Ogórek kiszony z cebulką + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem + 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,) Miruna na parze 100g + 100 g (RYB,) Sos koperkowy dieta + 80 g (MLE,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Bukiet warzyw gotowanych + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,) Kotlet z miruny 100g + 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Ogórek kiszony z cebulką + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Miruna na parze 100g + 100 g (RYB,) Sos koperkowy dieta + 80 g (MLE,) Bukiet warzyw gotowanych + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa pomidorowa + 350 g (SOJ, MLE, SEL,) Makaron pełnoziarnisty 50 g (GLU PSZ,) Miruna na parze 100g + 100 g (RYB,) Sos koperkowy dieta + 80 g (MLE,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Ogórek kiszony z cebulką + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,) Kotlet z jaj + 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Tzatziki + 80 g (MLE,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Ogórek kiszony z cebulką + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
PD					Hummus 50 g (SEZ,)	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta jajeczno-brokulowa + 50 g (JAJ,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pasta jajeczno-brokulowa + 50 g (JAJ,) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pasta jajeczno-brokulowa + 70 g (JAJ,) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pasta jajeczno-brokulowa + 70 g (JAJ,) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ,) Pasta jajeczno-brokulowa + 70 g (JAJ,) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Falafel z ciecierzycy, pieczony + 50 g (GLU PSZ,) Pasta jajeczno-brokulowa + 70 g (JAJ,) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 80 g
PN	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (MLE, GLU OW,)				Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Falafel z ciecierzycy, pieczony + 50 g (GLU PSZ,)	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (MLE, GLU OW,)
	Wartość energetyczna: 2222.58 kcal; Białko ogółem: 88.38 g; Tłuszcz: 73.98 g; Kw. tł. nasy.: 26.37 g; Węglowodany ogółem: 310.65 g; W tym cukry: 96.18 g; Błonnik pok.: 24.67 g; Sól: 10.70 g;	Wartość energetyczna: 2218.36 kcal; Białko ogółem: 97.91 g; Tłuszcz: 65.78 g; Kw. tł. nasy.: 26.87 g; Węglowodany ogółem: 316.87 g; W tym cukry: 99.44 g; Błonnik pok.: 22.45 g; Sól: 9.79 g;	Wartość energetyczna: 2451.41 kcal; Białko ogółem: 105.29 g; Tłuszcz: 76.96 g; Kw. tł. nasy.: 24.03 g; Węglowodany ogółem: 346.83 g; W tym cukry: 99.31 g; Błonnik pok.: 27.53 g; Sól: 12.39 g;	Wartość energetyczna: 2447.19 kcal; Białko ogółem: 114.83 g; Tłuszcz: 68.76 g; Kw. tł. nasy.: 24.54 g; Węglowodany ogółem: 353.04 g; W tym cukry: 102.57 g; Błonnik pok.: 25.31 g; Sól: 11.48 g;	Wartość energetyczna: 2633.60 kcal; Białko ogółem: 131.94 g; Tłuszcz: 105.85 g; Kw. tł. nasy.: 32.85 g; Węglowodany ogółem: 303.31 g; W tym cukry: 47.11 g; Błonnik pok.: 44.07 g; Sól: 15.88 g;	Wartość energetyczna: 2644.30 kcal; Białko ogółem: 95.75 g; Tłuszcz: 94.80 g; Kw. tł. nasy.: 27.85 g; Węglowodany ogółem: 363.03 g; W tym cukry: 102.80 g; Błonnik pok.: 30.34 g; Sól: 12.03 g;

		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska		
2026-02-21 sobota	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 60 g (może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Ketchup 30 g (SEL) Marchew gotowana + 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 g Mix sałat 20 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Marchew gotowana + 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 g Mix sałat 20 g	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 120 g (może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Ketchup 30 g (SEL) Marchew gotowana + 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 g Mix sałat 20 g	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo. naturalny 70 g (MLE) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g Marchew gotowana + 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 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) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g Ser żółty 40 g (MLE) Marchew gotowana + 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mix sałat 20 g	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser żółty 40 g (MLE) Serek homo. naturalny 70 g (MLE) Marchew gotowana + 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 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) Tofu 50 g (SOJ) Sałata zielona 5 g			
	Obiad	Zupa krem z selera + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Grzanki pszenne + 20 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (GLU JECZ.) Sos jarzynowy dieta + 80 g (MLE) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 2 [Por] x 100 g Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml			Zupa krem z selera + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Grzanki pszenne + 20 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 2 [Por] x 100 g Sos jarzynowy dieta + 80 g (MLE) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml			Zupa krem z selera + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Grzanki żytnie + 20 g (GLU ŻYT.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 2 [Por] x 80 g Sos jarzynowy dieta + 80 g (MLE) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa krem z selera + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Grzanki pszenne + 20 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Masa serowa do makaronu + 100 g (MLE) Mus truskawkowy + 80 g (MLE) Surówka z marchwi 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) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Twaróg półtłusty 50 g (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) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Twarożek + 70 g (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) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Twarożek + 70 g (MLE) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Twaróg półtłusty 70 g (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) Wędlina sojowa o smaku szynkowym z ziel.pieprz.Produkt roślinny na bazie białka sojowego i pszennego pakowany w atmosferze oc 40 g (GLU PSZ, SOJ, GLU JECZ.) Miód (25g) 1 szt 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 JECZ.)					Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka drobiowa luksusowa z fileta-wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 40 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, S02.)	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.)		
		Wartość energetyczna: 2703.61 kcal; Białko ogółem: 122.95 g; Tłuszcz: 95.02 g; Kw. tł. nasy.: 36.52 g; Węglowodany ogółem: 353.90 g; W tym cukry: 98.65 g; Błonnik pok.: 37.94 g; Sól: 15.01 g;	Wartość energetyczna: 2564.55 kcal; Białko ogółem: 124.19 g; Tłuszcz: 81.07 g; Kw. tł. nasy.: 30.80 g; Węglowodany ogółem: 350.03 g; W tym cukry: 93.95 g; Błonnik pok.: 31.52 g; Sól: 12.64 g;	Wartość energetyczna: 2982.01 kcal; Białko ogółem: 132.73 g; Tłuszcz: 113.80 g; Kw. tł. nasy.: 43.74 g; Węglowodany ogółem: 375.13 g; W tym cukry: 88.06 g; Błonnik pok.: 43.76 g; Sól: 17.10 g;	Wartość energetyczna: 2750.76 kcal; Białko ogółem: 139.44 g; Tłuszcz: 85.95 g; Kw. tł. nasy.: 32.63 g; Węglowodany ogółem: 372.18 g; W tym cukry: 82.36 g; Błonnik pok.: 34.04 g; Sól: 14.22 g;	Wartość energetyczna: 2636.72 kcal; Białko ogółem: 134.01 g; Tłuszcz: 105.38 g; Kw. tł. nasy.: 46.24 g; Węglowodany ogółem: 309.28 g; W tym cukry: 44.89 g; Błonnik pok.: 49.95 g; Sól: 13.88 g;	Wartość energetyczna: 2633.01 kcal; Białko ogółem: 97.68 g; Tłuszcz: 79.73 g; Kw. tł. nasy.: 35.92 g; Węglowodany ogółem: 398.89 g; W tym cukry: 90.37 g; Błonnik pok.: 42.82 g; Sól: 11.33 g;		

		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska
2026-02-22 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g (JAJ, MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.) Cukier 30 g 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.) Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g (JAJ, MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor b/skórki 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.) Cukier 30 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 70 g (JAJ, MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.) Cukier 30 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 70 g (JAJ, MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor b/skórki 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.) Cukier 30 g Sałata zielona 20 g	Mleko 200 ml (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 70 g (JAJ, MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser mozzarella 70 g (MLE.) Pasta z fasoli z cebulką + 70 g Pomidor 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.) Cukier 30 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN	Biskopky 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Sałata zielona 5 g	
	Obiad	Zupa z soczewicą i warzywami + 300 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Kotlet wieprzowy mielony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Surówka Colesław + 150 g (JAJ, MLE, GOR, S02.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa ryżowa + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Zrazik wieprzowy pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka Colesław + 150 g (JAJ, MLE, GOR, S02.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa z soczewicą i warzywami + 400 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Kotlet wieprzowy mielony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka Colesław + 150 g (JAJ, MLE, GOR, S02.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa ryżowa + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Zrazik wieprzowy pieczony + 2 [Por] x 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy + 80 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z selera i jabłka b/c + 150 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa z soczewicą i warzywami + 400 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Zrazik wieprzowy pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy + 80 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka Colesław + 150 g (JAJ, MLE, GOR, S02.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa z soczewicą i warzywami + 400 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Gulasz warzywny z tofu (dieta) + 150 g (SOJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka Colesław + 150 g (JAJ, MLE, GOR, S02.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD					Ciasto drożdżowe b/c 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomarańcza 150 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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomarańcza 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomarańcza 150 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.) Twarożek z koperkiem + 70 g (MLE.) Dżem 30 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomarańcza 150 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt					Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek z koperkiem + 50 g (MLE.)
	Wartość energetyczna: 2124.03 kcal; Białko ogółem: 89.63 g; Tłuszcz: 71.39 g; Kw. tł. nasy.: 27.98 g; Węglowodany ogółem: 301.03 g; W tym cukry: 96.03 g; Błonnik pok.: 26.03 g; Sól: 10.17 g;	Wartość energetyczna: 2149.86 kcal; Białko ogółem: 85.69 g; Tłuszcz: 72.90 g; Kw. tł. nasy.: 30.96 g; Węglowodany ogółem: 305.84 g; W tym cukry: 101.01 g; Błonnik pok.: 25.01 g; Sól: 10.17 g;	Wartość energetyczna: 2248.58 kcal; Białko ogółem: 99.17 g; Tłuszcz: 74.01 g; Kw. tł. nasy.: 28.90 g; Węglowodany ogółem: 312.59 g; W tym cukry: 88.76 g; Błonnik pok.: 32.67 g; Sól: 12.19 g;	Wartość energetyczna: 2291.28 kcal; Białko ogółem: 93.92 g; Tłuszcz: 75.85 g; Kw. tł. nasy.: 32.07 g; Węglowodany ogółem: 320.61 g; W tym cukry: 95.53 g; Błonnik pok.: 28.27 g; Sól: 12.10 g;	Wartość energetyczna: 2956.22 kcal; Białko ogółem: 140.88 g; Tłuszcz: 108.71 g; Kw. tł. nasy.: 42.16 g; Węglowodany ogółem: 344.25 g; W tym cukry: 62.09 g; Błonnik pok.: 46.89 g; Sól: 14.01 g;	Wartość energetyczna: 2493.15 kcal; Białko ogółem: 92.49 g; Tłuszcz: 82.82 g; Kw. tł. nasy.: 24.87 g; Węglowodany ogółem: 363.50 g; W tym cukry: 108.99 g; Błonnik pok.: 43.16 g; Sól: 9.86 g;	

		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska
2026-02-23 poniedziałek	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka drobiowa luksusowa z fileta-wędlina dr. parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, SO2.</u>) Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 g Roszponka 20 g	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka drobiowa luksusowa z fileta-wędlina dr. parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, SO2.</u>) Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 g Roszponka 20 g	Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka drobiowa luksusowa z fileta-wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, SO2.</u>) Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 g Roszponka 20 g	Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka drobiowa luksusowa z fileta-wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, SO2.</u>) Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 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 drobiowa luksusowa z fileta-wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, SO2.</u>) Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Roszponka 20 g	Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Wędlina roślinna produkt na bazie białka grochowego 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, GOR, SEZ.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 g Roszponka 20 g
	II ŚN	Mandarynka 150 g	Jabłko pieczone 150 g			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g Sałata zielona 5 g	
	Obiad	Żurek z ziemniakami + 300 g (<u>SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g Sos pietruszkowy + 80 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Fasolka szparagowa żółta + 150 g Kasza gryczana 160 g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g Sos pietruszkowy + 80 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Kasza jęczmienna/sypko 160 g (<u>GLU JECZ.</u>) Marchew gotowana + 150 g	Żurek z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g Sos pietruszkowy + 80 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Fasolka szparagowa żółta + 150 g Kasza gryczana 180 g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g Sos pietruszkowy + 80 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Marchew gotowana + 150 g Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>)	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g Sos pietruszkowy + 80 g (<u>MLE</u>) Kasza gryczana 180 g Fasolka szparagowa żółta + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Pyzy z truskawkami + 300 g (<u>JAJ</u>) Dip jogurtowo-śmietankowy o smaku waniliowym dieta + 80 g (<u>MLE</u>) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD					Mandarynka 150 g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Serek ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 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>) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Serek ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Cukinia gotowana + 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 graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Serek ziarnisty naturalny 70 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 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>) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Serek ziarnisty naturalny 70 g (<u>MLE</u>) Cukinia gotowana + 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 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>) Serek ziarnisty naturalny 70 g (<u>MLE</u>) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Papryka świeża 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 graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE</u>) Serek ziarnisty naturalny 70 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 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 JECZ, 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>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g	Mini Crisper pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30 g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ, może zawierać: ORZ, SEZ.</u>)
	Wartość energetyczna: 2403.06 kcal; Białko ogółem: 106.12 g; Tłuszcz: 87.60 g; Kw. tł. nasy.: 36.47 g; Węglowodany ogółem: 303.86 g; W tym cukry: 79.61 g; Błonnik pok.: 32.39 g; Sól: 10.32 g;	Wartość energetyczna: 2203.59 kcal; Białko ogółem: 92.50 g; Tłuszcz: 69.35 g; Kw. tł. nasy.: 30.71 g; Węglowodany ogółem: 308.87 g; W tym cukry: 82.55 g; Błonnik pok.: 31.99 g; Sól: 10.08 g;	Wartość energetyczna: 2740.01 kcal; Białko ogółem: 124.96 g; Tłuszcz: 104.09 g; Kw. tł. nasy.: 42.40 g; Węglowodany ogółem: 330.91 g; W tym cukry: 72.08 g; Błonnik pok.: 34.96 g; Sól: 12.78 g;	Wartość energetyczna: 2497.92 kcal; Białko ogółem: 108.46 g; Tłuszcz: 80.65 g; Kw. tł. nasy.: 34.82 g; Węglowodany ogółem: 338.63 g; W tym cukry: 73.39 g; Błonnik pok.: 33.17 g; Sól: 12.46 g;	Wartość energetyczna: 2484.06 kcal; Białko ogółem: 123.50 g; Tłuszcz: 88.36 g; Kw. tł. nasy.: 38.99 g; Węglowodany ogółem: 314.94 g; W tym cukry: 52.79 g; Błonnik pok.: 51.28 g; Sól: 13.88 g;	Wartość energetyczna: 2575.16 kcal; Białko ogółem: 80.06 g; Tłuszcz: 81.40 g; Kw. tł. nasy.: 37.90 g; Węglowodany ogółem: 398.56 g; W tym cukry: 98.83 g; Błonnik pok.: 41.04 g; Sól: 10.94 g;	

	eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska
Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenney 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Galaretką drobiowa z udźca z cytryną dieta + 100 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 g Sałata zielona 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 długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Galaretką drobiowa z udźca z cytryną dieta + 100 g (<u>SEL.</u>) Brokuł gotowany + 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 g Sałata zielona 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-pszenney 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Galaretką drobiowa z udźca z cytryną dieta + 100 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 g Sałata zielona 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>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Galaretką drobiowa z udźca z cytryną dieta + 100 g (<u>SEL.</u>) Brokuł gotowany + 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 g Sałata zielona 20 g	Mleko 200 ml (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenney 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenney 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Galaretką drobiowa z udźca z cytryną dieta + 100 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 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-pszenney 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek z kolorową papryką + 70 g (<u>MLE</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 g Sałata zielona 20 g
II ŚN	Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)				Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Sałata zielona 5 g	
Obiad	Zupa wielowarzywna z zacierką + 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Kotlet schabowy panierowany + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 150 g Ziemniaki gotowane 160 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z zacierką + 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 160 g Roladka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sos własny + 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Buraki tarte na ciepło + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z zacierką + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Kotlet schabowy panierowany + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z zacierką + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Roladka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sos własny + 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Buraki tarte na ciepło + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z zacierką + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Roladka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sos własny + 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z zacierką + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Fasolka po bretońsku wegetariańska + 350 g (<u>SOJ.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej 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 makreli wędzonej + 50 g (<u>JAJ, RYB, GOR.</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 mintaja gotowanego z warzywami + 50 g (<u>RYB, SEL.</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-pszenney 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pasta z makreli wędzonej + 70 g (<u>JAJ, RYB, GOR.</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>) Pasta z mintaja gotowanego z warzywami + 70 g (<u>RYB, SEL.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenney 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z makreli wędzonej + 70 g (<u>JAJ, RYB, GOR.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g 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-pszenney 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z makreli wędzonej + 70 g (<u>JAJ, RYB, GOR.</u>) Sałata jarzynowa + 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g
PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt				Chleb razowy żytnio-pszenney 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
	Wartość energetyczna: 2242.09 kcal; Białko ogółem: 90.43 g; Tłuszcz: 74.23 g; Kw. tł. nasy.: 26.85 g; Węglowodany ogółem: 315.67 g; W tym cukry: 78.35 g; Błonnik pok.: 24.92 g; Sól: 12.73 g;	Wartość energetyczna: 2340.01 kcal; Białko ogółem: 91.65 g; Tłuszcz: 74.87 g; Kw. tł. nasy.: 28.74 g; Węglowodany ogółem: 333.30 g; W tym cukry: 88.76 g; Błonnik pok.: 25.41 g; Sól: 10.67 g;	Wartość energetyczna: 2397.11 kcal; Białko ogółem: 101.01 g; Tłuszcz: 81.18 g; Kw. tł. nasy.: 29.34 g; Węglowodany ogółem: 331.29 g; W tym cukry: 85.24 g; Błonnik pok.: 30.67 g; Sól: 15.43 g;	Wartość energetyczna: 2479.86 kcal; Białko ogółem: 102.21 g; Tłuszcz: 77.96 g; Kw. tł. nasy.: 30.38 g; Węglowodany ogółem: 351.94 g; W tym cukry: 94.32 g; Błonnik pok.: 29.08 g; Sól: 13.16 g;	Wartość energetyczna: 2630.19 kcal; Białko ogółem: 109.64 g; Tłuszcz: 119.51 g; Kw. tł. nasy.: 39.28 g; Węglowodany ogółem: 297.76 g; W tym cukry: 38.98 g; Błonnik pok.: 41.95 g; Sól: 17.46 g;	Wartość energetyczna: 2830.43 kcal; Białko ogółem: 96.66 g; Tłuszcz: 95.62 g; Kw. tł. nasy.: 30.32 g; Węglowodany ogółem: 418.49 g; W tym cukry: 94.07 g; Błonnik pok.: 46.08 g; Sól: 14.66 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-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadanej 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 g Jabłko 1 szt 1 szt	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadanej 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadanej 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 g Jabłko 1 szt 1 szt	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadanej 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Mleko 200 ml (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadanej 40 g 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-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Tofu 70 g (SOJ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 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) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ) Sałata zielona 5 g	
Obiad	Zupa grochowa z ziemniakami + 300 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.) Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos brokułowy + 80 g (GLU PSZ, MLE) Ryż na sypko 160 g Surówka z marchwi i selera + 150 g (MLE, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 300 g (MLE, SEL.) Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos brokułowy + 80 g (GLU PSZ, MLE) Ryż na sypko 160 g Surówka z marchwi i selera + 150 g (MLE, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa grochowa z ziemniakami + 400 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.) Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ryż na sypko 180 g Sos brokułowy + 80 g (GLU PSZ, MLE) Surówka z marchwi i selera + 150 g (MLE, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 400 g (MLE, SEL.) Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos brokułowy + 80 g (GLU PSZ, MLE) Ryż na sypko 180 g Surówka z marchwi i selera + 150 g (MLE, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 400 g (MLE, SEL.) Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos brokułowy + 80 g (GLU PSZ, MLE) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z marchwi i selera + 150 g (MLE, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 400 g (MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Dip jogurtowy naturalny + 80 g (MLE) Prażone jabłka + 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) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g Twarożek 50 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g Twarożek 50 g (MLE) Pomidor b/skórki 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-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 40 g Pasta z twarogu z natką pietruszki + 70 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 40 g Pasta z twarogu z natką pietruszki + 70 g (MLE) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 40 g Pasta z twarogu z natką pietruszki + 70 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Wędlina sojowa o smaku szynkowym z ziel.pieprz.Produkt roślinny na bazie białka sojowego i pszennego pakowany w atmosferze oc 40 g (GLU PSZ, SOJ, GLU JECZ.) Pasta z twarogu z natką pietruszki + 70 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g
PN	Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2l 1 szt		Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Schab gotowany + 50 g	Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2342.00 kcal; Białko ogółem: 104.63 g; Tłuszcz: 73.11 g; Kw. tł. nasy.: 28.77 g; Węglowodany ogółem: 328.24 g; W tym cukry: 92.29 g; Błonnik pok.: 29.45 g; Sól: 10.76 g;	Wartość energetyczna: 2296.61 kcal; Białko ogółem: 99.28 g; Tłuszcz: 69.11 g; Kw. tł. nasy.: 27.52 g; Węglowodany ogółem: 328.66 g; W tym cukry: 93.81 g; Błonnik pok.: 24.60 g; Sól: 9.85 g;	Wartość energetyczna: 2491.48 kcal; Białko ogółem: 105.17 g; Tłuszcz: 77.47 g; Kw. tł. nasy.: 31.89 g; Węglowodany ogółem: 357.06 g; W tym cukry: 79.67 g; Błonnik pok.: 36.52 g; Sól: 15.45 g;	Wartość energetyczna: 2446.84 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 72.07 g; Kw. tł. nasy.: 30.20 g; Węglowodany ogółem: 359.83 g; W tym cukry: 81.60 g; Błonnik pok.: 27.86 g; Sól: 14.18 g;	Wartość energetyczna: 2508.03 kcal; Białko ogółem: 124.47 g; Tłuszcz: 87.25 g; Kw. tł. nasy.: 38.12 g; Węglowodany ogółem: 322.42 g; W tym cukry: 49.52 g; Błonnik pok.: 48.41 g; Sól: 14.59 g;	Wartość energetyczna: 2305.17 kcal; Białko ogółem: 77.43 g; Tłuszcz: 67.52 g; Kw. tł. nasy.: 28.58 g; Węglowodany ogółem: 359.25 g; W tym cukry: 94.82 g; Błonnik pok.: 28.22 g; Sól: 10.65 g;

		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska	
2026-02-26 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (SOJ) Hummus + 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 g Rukola 20 g	Kasza kukurydziana 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) Pasta z kurczaka + 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 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) Hummus + 70 g (SOJ) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (SOJ) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 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) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (SOJ) Pasta z kurczaka + 70 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 g Rukola 20 g	Mleko 200 ml (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenenny 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Hummus + 70 g (SOJ) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (SOJ) 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 żółty 40 g (MLE) Hummus + 70 g (SOJ) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 g Rukola 20 g	
	II ŚN	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE)				Chleb razowy żytnio-pszenenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 40 g (MLE) Sałata zielona 5 g		
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej + 300 g (GLU PSZ, SOJ, SEL) Makaron 180 g (GLU PSZ) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 160 g (SEL) Cukinia gotowana + 150 g Makaron 180 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 160 g (SEL) Cukinia gotowana + 150 g Makaron 180 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej + 400 g (GLU PSZ, SOJ, SEL) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 180 g (SEL) Makaron 180 g (GLU PSZ) Surówka wielowarzywna z olejem b/c + 150 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 180 g (SEL) Makaron 180 g (GLU PSZ) Cukinia gotowana + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 180 g (SEL) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ) Surówka wielowarzywna z olejem b/c + 150 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Naleśniki z pieczarkami + 2 szt. 300 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: SOJ, SEL, GOR) Cukinia gotowana + 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) Serek ziarnisty naturalny 50 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych + 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek ziarnisty naturalny 70 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych + 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) Serek ziarnisty naturalny 70 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych + 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) Serek ziarnisty naturalny 70 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych + 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Serek ziarnisty naturalny 70 g (MLE) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych + 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek topiony 30 g (MLE) Serek ziarnisty naturalny 70 g (MLE) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych + 80 g	
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE) Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE)		Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE)		Chleb razowy żytnio-pszenenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g	Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE)	
		Wartość energetyczna: 2381.50 kcal; Białko ogółem: 94.68 g; Tłuszcz: 78.33 g; Kw. tł. nasy.: 31.69 g; Węglowodany ogółem: 334.41 g; W tym cukry: 74.04 g; Błonnik pok.: 26.59 g; Sól: 11.78 g;	Wartość energetyczna: 2361.64 kcal; Białko ogółem: 104.38 g; Tłuszcz: 73.78 g; Kw. tł. nasy.: 32.62 g; Węglowodany ogółem: 329.28 g; W tym cukry: 74.18 g; Błonnik pok.: 21.75 g; Sól: 10.81 g;	Wartość energetyczna: 2581.45 kcal; Białko ogółem: 103.10 g; Tłuszcz: 82.55 g; Kw. tł. nasy.: 31.81 g; Węglowodany ogółem: 368.30 g; W tym cukry: 80.35 g; Błonnik pok.: 32.52 g; Sól: 14.03 g;	Wartość energetyczna: 2611.78 kcal; Białko ogółem: 118.02 g; Tłuszcz: 80.13 g; Kw. tł. nasy.: 33.39 g; Węglowodany ogółem: 364.52 g; W tym cukry: 79.82 g; Błonnik pok.: 25.43 g; Sól: 13.45 g;	Wartość energetyczna: 2560.07 kcal; Białko ogółem: 116.85 g; Tłuszcz: 101.90 g; Kw. tł. nasy.: 43.14 g; Węglowodany ogółem: 312.69 g; W tym cukry: 42.77 g; Błonnik pok.: 52.38 g; Sól: 15.88 g;	Wartość energetyczna: 2700.35 kcal; Białko ogółem: 116.54 g; Tłuszcz: 100.09 g; Kw. tł. nasy.: 43.24 g; Węglowodany ogółem: 352.95 g; W tym cukry: 80.24 g; Błonnik pok.: 34.21 g; Sól: 14.07 g;	

	eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska
Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ,) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 50 g (MLE,) Mandarynka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 g Sałata zielona 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ,) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 50 g (MLE,) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 g Sałata zielona 20 g	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ,) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 70 g (MLE,) Mandarynka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 g Sałata zielona 20 g	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ,) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 70 g (MLE,) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 g Sałata zielona 20 g	Mleko 200 ml (MLE,) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Twarożek + 70 g (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ,) Mandarynka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 70 g (MLE,) Dżem 30 g Mandarynka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 g Sałata zielona 20 g
II ŚN	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE,)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g Sałata zielona 5 g	
Obiad	Zupa brokułowa z makaronem + 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Miruna smażona 100g + 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Surówka z kapusty białej i czerwonej + 150 g (JAJ, GOR,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa brokułowa z makaronem + 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Pulpet z miruny + 2 [Por] x 50 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ,) Sos koperkowy dieta + 80 g (MLE,) Fasolka szparagowa zielona + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa brokułowa z makaronem + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane 180 g Miruna smażona 100g + 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Surówka z kapusty białej i czerwonej + 150 g (JAJ, GOR,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa brokułowa z makaronem + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,) Pulpet z miruny + 2 [Por] x 50 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ,) Sos koperkowy dieta + 80 g (MLE,) Ziemniaki gotowane 180 g Fasolka szparagowa zielona + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa brokułowa z makaronem + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,) Pulpet z miruny + 2 [Por] x 50 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ,) Ziemniaki gotowane 180 g Sos koperkowy dieta + 80 g (MLE,) Surówka z kapusty białej i czerwonej + 150 g (JAJ, GOR,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa brokułowa z makaronem + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,) Pulpet z miruny + 2 [Por] x 50 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ,) Sos koperkowy dieta + 80 g (MLE,) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty białej i czerwonej + 150 g (JAJ, GOR,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
PD					Wafle ryżowe 30 g	
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,) Jajko gotowane kl M. 1 szt (JAJ,) Mięsiwo z zalewy- wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mix sałat 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Jajko gotowane kl M. 1 szt (JAJ,) Mięsiwo z zalewy- wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 40 g Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mix sałat 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Jajko gotowane kl M. 1 szt (JAJ,) Mięsiwo z zalewy- wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 40 g Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mix sałat 20 g	Chleb żyrny razowy 70 g (GLU ŻYT,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Jajko gotowane kl M. 1 szt (JAJ,) Mięsiwo z zalewy- wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 40 g Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mix sałat 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Jajko gotowane kl M. 1 szt (JAJ,) Pasta z groszku zielonego b/ml 70 g Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mix sałat 20 g	
PN	Pieczewo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ,)				Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (SOJ, GOR,)	Pieczewo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ,)
	Wartość energetyczna: 2383.55 kcal; Białko ogółem: 101.63 g; Tłuszcz: 72.31 g; Kw. tł. nasy.: 28.92 g; Węglowodany ogółem: 345.38 g; W tym cukry: 106.86 g; Błonnik pok.: 30.31 g; Sól: 10.72 g;	Wartość energetyczna: 2263.90 kcal; Białko ogółem: 101.99 g; Tłuszcz: 62.35 g; Kw. tł. nasy.: 29.49 g; Węglowodany ogółem: 336.20 g; W tym cukry: 104.40 g; Błonnik pok.: 25.84 g; Sól: 11.33 g;	Wartość energetyczna: 2556.38 kcal; Białko ogółem: 109.01 g; Tłuszcz: 74.41 g; Kw. tł. nasy.: 28.85 g; Węglowodany ogółem: 374.92 g; W tym cukry: 92.09 g; Błonnik pok.: 35.26 g; Sól: 12.82 g;	Wartość energetyczna: 2461.23 kcal; Białko ogółem: 109.27 g; Tłuszcz: 65.10 g; Kw. tł. nasy.: 29.43 g; Węglowodany ogółem: 368.49 g; W tym cukry: 88.28 g; Błonnik pok.: 28.49 g; Sól: 13.54 g;	Wartość energetyczna: 2518.87 kcal; Białko ogółem: 115.09 g; Tłuszcz: 90.17 g; Kw. tł. nasy.: 35.06 g; Węglowodany ogółem: 328.82 g; W tym cukry: 56.52 g; Błonnik pok.: 42.48 g; Sól: 16.02 g;	Wartość energetyczna: 2506.35 kcal; Białko ogółem: 95.44 g; Tłuszcz: 72.22 g; Kw. tł. nasy.: 28.84 g; Węglowodany ogółem: 383.11 g; W tym cukry: 105.85 g; Błonnik pok.: 38.19 g; Sól: 11.92 g;

		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska
2026-02-28 sobota	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 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>) Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 g Sałata zielona 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 ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 g Bukiet warzyw gotowanych + 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>) Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 g Sałata zielona 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 ziarnisty naturalny 70 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 g Bukiet warzyw gotowanych + 80 g	Mleko 200 ml (<u>MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek ziarnisty naturalny 70 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 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 ziarnisty naturalny 70 g (<u>MLE,</u>) Hummus paprykowy + 70 g (<u>SEZ,</u>) Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 30 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN	Biskvity 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>) Hummus paprykowy + 50 g (<u>SEZ,</u>) Sałata zielona 5 g	
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Potrawka z kurczaka + 160 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Ogórek kiszony z cebulką + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Potrawka z kurczaka + 160 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Surówka z selera i jabłka b/c + 150 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Fasolka po bretońsku + 300 g (<u>SEL, GOR,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Potrawka z kurczaka + 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Surówka z selera i jabłka b/c + 150 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Kasza gryczana 180 g Potrawka z kurczaka + 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z selera i jabłka b/c + 150 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Wegetariańskie stripsy a'la kurczak + 100 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Dip jogurtowy naturalny + 80 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Surówka z selera i jabłka b/c + 150 g (<u>SEL,</u>)
	PD					Jogurt naturalny 2,5% 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>) Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 50 g (<u>MLE, GOR, S02,</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) 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>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g (<u>MLE,</u>) 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>) Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 40 g (<u>SOJ,</u>) Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 70 g (<u>MLE, GOR, S02,</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>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 40 g (<u>SOJ,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem + 70 g (<u>MLE,</u>) 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 Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Szynka drobiowa luksusowa z fileta-wędliną drobiową parzona z dodatkami wody z połączonych kawałków mięsa 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, S02,</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 Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 70 g (<u>MLE, GOR, S02,</u>) 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>) Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 50 g (<u>MLE, GOR, S02,</u>)
	Wartość energetyczna: 2259.85 kcal; Białko ogółem: 82.12 g; Tłuszcz: 79.93 g; Kw. tł. nasy.: 31.10 g; Węglowodany ogółem: 320.22 g; W tym cukry: 94.96 g; Błonnik pok.: 29.91 g; Sól: 14.38 g;	Wartość energetyczna: 2141.15 kcal; Białko ogółem: 85.09 g; Tłuszcz: 63.28 g; Kw. tł. nasy.: 27.41 g; Węglowodany ogółem: 329.61 g; W tym cukry: 99.65 g; Błonnik pok.: 29.49 g; Sól: 11.08 g;	Wartość energetyczna: 2904.34 kcal; Białko ogółem: 97.56 g; Tłuszcz: 111.87 g; Kw. tł. nasy.: 44.65 g; Węglowodany ogółem: 393.20 g; W tym cukry: 111.36 g; Błonnik pok.: 46.85 g; Sól: 16.30 g;	Wartość energetyczna: 2371.86 kcal; Białko ogółem: 98.09 g; Tłuszcz: 69.45 g; Kw. tł. nasy.: 30.82 g; Węglowodany ogółem: 354.47 g; W tym cukry: 98.54 g; Błonnik pok.: 33.31 g; Sól: 13.49 g;	Wartość energetyczna: 2418.39 kcal; Białko ogółem: 101.38 g; Tłuszcz: 88.77 g; Kw. tł. nasy.: 36.04 g; Węglowodany ogółem: 320.21 g; W tym cukry: 47.77 g; Błonnik pok.: 54.16 g; Sól: 12.70 g;	Wartość energetyczna: 2499.46 kcal; Białko ogółem: 88.64 g; Tłuszcz: 71.81 g; Kw. tł. nasy.: 29.17 g; Węglowodany ogółem: 393.76 g; W tym cukry: 102.14 g; Błonnik pok.: 46.83 g; Sól: 11.48 g;	

		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska
2026-03-01 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-psenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u>) Serek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u>) Cukier 30 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u>) Serek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u>) Cukier 30 g Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-psenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ</u>) Serek śmietankowy naturalny 70 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u>) Cukier 30 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ</u>) Serek śmietankowy naturalny 70 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u>) Cukier 30 g Pomidor 80 g	Mleko 200 ml (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-psenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ</u>) Serek śmietankowy naturalny 70 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-psenny 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 Pomidor 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u>) Cukier 30 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN	Mandarynka 150 g				Chleb razowy żytnio-psenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g	
	Obiad	Rosół+ 255 g (<u>SOJ, SEL</u>) Makaron nitka 45 g (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki gotowane 160 g Klopsik z kurczaka + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MLE</u>) Surowka z białej kapusty z marchwią + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół+ 255 g (<u>SOJ, SEL</u>) Makaron nitka 45 g (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki gotowane 160 g Klopsik z kurczaka + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MLE</u>) Buraki tarte na ciepło + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół+ 340 g (<u>SOJ, SEL</u>) Makaron nitka 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Klopsik z kurczaka + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MLE</u>) Surowka z białej kapusty z marchwią + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół+ 340 g (<u>SOJ, SEL</u>) Makaron nitka 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Klopsik z kurczaka + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MLE</u>) Buraki tarte na ciepło + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół+ 340 g (<u>SOJ, SEL</u>) Makaron nitka 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Klopsik z kurczaka + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MLE</u>) Surowka z białej kapusty z marchwią + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Burger warzywny z zielonego groszku + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u>) Surowka z białej kapusty z marchwią + 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>) Paszтет z cukinii i warzyw + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kafalior gotowany + 80 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-psenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Paszтет z cukinii i warzyw + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kafalior gotowany + 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>) Paszтет z cukinii i warzyw + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kafalior gotowany + 80 g	Chleb razowy żytnio-psenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Paszтет z cukinii i warzyw + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kafalior gotowany + 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-psenny 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>) Paszтет z cukinii i warzyw + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kafalior gotowany + 80 g
PN	Ciasto drożdżowe b/c 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)					Chleb razowy żytnio-psenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g	Ciasto drożdżowe b/c 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)
	Wartość energetyczna: 2309.81 kcal; Białko ogółem: 90.22 g; Tłuszcz: 76.44 g; Kw. tł. nasy.: 33.21 g; Węglowodany ogółem: 300.76 g; W tym cukry: 80.04 g; Błonnik pok.: 30.66 g; Sól: 11.14 g;	Wartość energetyczna: 2338.19 kcal; Białko ogółem: 92.03 g; Tłuszcz: 74.03 g; Kw. tł. nasy.: 33.03 g; Węglowodany ogółem: 309.11 g; W tym cukry: 84.34 g; Błonnik pok.: 26.10 g; Sól: 11.08 g;	Wartość energetyczna: 2509.43 kcal; Białko ogółem: 102.89 g; Tłuszcz: 85.08 g; Kw. tł. nasy.: 37.04 g; Węglowodany ogółem: 320.44 g; W tym cukry: 69.34 g; Błonnik pok.: 34.80 g; Sól: 13.52 g;	Wartość energetyczna: 2561.30 kcal; Białko ogółem: 106.00 g; Tłuszcz: 82.57 g; Kw. tł. nasy.: 36.85 g; Węglowodany ogółem: 332.04 g; W tym cukry: 73.44 g; Błonnik pok.: 26.94 g; Sól: 13.35 g;	Wartość energetyczna: 2863.27 kcal; Białko ogółem: 134.36 g; Tłuszcz: 103.21 g; Kw. tł. nasy.: 46.97 g; Węglowodany ogółem: 343.63 g; W tym cukry: 54.68 g; Błonnik pok.: 49.33 g; Sól: 15.22 g;	Wartość energetyczna: 2429.21 kcal; Białko ogółem: 66.16 g; Tłuszcz: 82.74 g; Kw. tł. nasy.: 37.62 g; Węglowodany ogółem: 342.17 g; W tym cukry: 83.63 g; Błonnik pok.: 39.78 g; Sól: 11.16 g;	

Oznaczenia wskaźników odż.:

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

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

Tłuszcz - Tłuszcz,

Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,

Sól - Sól,

K - Potas,

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

Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,

- % energii z białka,

Ener. z T - % energii z tłuszczu,

- % energii z węglowodanów,

Ener. z Bł. - % energii z błonnika,

W tym cukry - w tym cukry,

WW - WW,