

		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska
2026-09-28 poniedziałek	Śniadanie	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix салат 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>) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix салат 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>) Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Brokuł gotowany* 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix салат 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>) Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Brokuł gotowany* 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix салат 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 szkolna- wp. parzona 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Brokuł gotowany* 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mix салат 20 g	Platki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Tofu 40 g (<u>SOJ</u>) Brokuł gotowany* 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix салат 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>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Sałata zielona 5 g	
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Naleśniki z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Mus z jabłek () b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron 160 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek () b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Mus z jabłek () b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Naleśniki z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	Dyniowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Mus z jabłek () b/c 150 g Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 150 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Naleśniki z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Mus z jabłek () b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD					Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE</u>) Kanapkowa schabowa- kielbasa wp. gruborozdrob 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE</u>) Kanapkowa schabowa- kielbasa wp. gruborozdrob 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE</u>) Kanapkowa schabowa- kielbasa wp. gruborozdrob 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR</u>) Rzodkiew biała rozdrobniona z jogurtem 80 g (<u>MLE</u>) 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 twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE</u>) Kanapkowa schabowa- kielbasa wp. gruborozdrob 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kalafor gotowany* 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>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE</u>) Kanapkowa schabowa- kielbasa wp. gruborozdrob 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR</u>) Rzodkiew biała rozdrobniona z jogurtem 80 g (<u>MLE</u>) 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>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE</u>) Pasztet sojowy z pomidorami 70 g (<u>SOJ, GOR</u>) Rzodkiew biała rozdrobniona z jogurtem 80 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g
PN		Mini Crisper pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30 g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ, może zawierać: ORZ, SEZ</u>)					Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Filet z kurczaka gotowany 40 g
		Wartość energetyczna: 2557.06 kcal; Białko ogółem: 96.94 g; Tłuszcz: 73.85 g; Kw. tł. nasy.: 32.40 g; Węglowodany ogółem: 398.11 g; W tym cukry: 123.77 g; Błonnik pok.: 32.76 g; Sól: 7.36 g;	Wartość energetyczna: 2163.27 kcal; Białko ogółem: 81.71 g; Tłuszcz: 58.52 g; Kw. tł. nasy.: 30.10 g; Węglowodany ogółem: 340.86 g; W tym cukry: 103.13 g; Błonnik pok.: 22.92 g; Sól: 7.40 g;	Wartość energetyczna: 2741.46 kcal; Białko ogółem: 108.48 g; Tłuszcz: 78.63 g; Kw. tł. nasy.: 33.95 g; Węglowodany ogółem: 428.13 g; W tym cukry: 109.58 g; Błonnik pok.: 40.68 g; Sól: 8.91 g;	Wartość energetyczna: 2338.49 kcal; Białko ogółem: 92.71 g; Tłuszcz: 62.33 g; Kw. tł. nasy.: 31.48 g; Węglowodany ogółem: 369.56 g; W tym cukry: 87.68 g; Błonnik pok.: 27.95 g; Sól: 9.01 g;	Wartość energetyczna: 2232.75 kcal; Białko ogółem: 113.96 g; Tłuszcz: 78.89 g; Kw. tł. nasy.: 39.14 g; Węglowodany ogółem: 312.24 g; W tym cukry: 41.94 g; Błonnik pok.: 47.64 g; Sól: 9.59 g;	Wartość energetyczna: 2750.36 kcal; Białko ogółem: 103.75 g; Tłuszcz: 89.55 g; Kw. tł. nasy.: 42.88 g; Węglowodany ogółem: 408.09 g; W tym cukry: 110.08 g; Błonnik pok.: 35.68 g; Sól: 7.50 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 (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser mozzarella kulki 50 g (<u>MLE</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Rukola 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Ser mozzarella kulki 50 g (<u>MLE</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Pomidor 80 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Rukola 20 g	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser mozzarella kulki 70 g (<u>MLE</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 40 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Rukola 20 g	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser mozzarella kulki 70 g (<u>MLE</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 40 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Rukola 20 g	Mleko 200 ml (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser mozzarella kulki 70 g (<u>MLE</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 40 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Rukola 20 g	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser mozzarella kulki 70 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 70 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Rukola 20 g
II ŚN	Gruszka 150 g	Banan 150 g			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Sałata zielona 5 g	
Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 160 g Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos meksykański 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ryż na sypko 160 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 180 g Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos meksykański 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ryż na sypko 180 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos meksykański 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 180 g Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
PD					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (<u>MLE</u>)	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Rolada z łopatkı wieprzowej pieczona 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (<u>SOJ</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Rolada z łopatkı wieprzowej pieczona 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (<u>SOJ</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Rolada z łopatkı wieprzowej pieczona 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (<u>SOJ</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Surówka z rzodkwi i czarnuszki 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>) Rolada z łopatkı wieprzowej pieczona 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (<u>SOJ</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Rolada z łopatkı wieprzowej pieczona 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (<u>SOJ</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Hummus z ciecierzycy 70 g Pasta z groszku zielonego b/ml 70 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g
PN	Krakersy 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, GLU JECZ</u>)		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>) Schab gotowany 30 g	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
	Wartość energetyczna: 2462.44 kcal; Białko ogółem: 103.72 g; Tłuszcz: 89.12 g; Kw. tł. nasy.: 34.14 g; Węglowodany ogółem: 332.78 g; W tym cukry: 77.04 g; Błonnik pok.: 31.14 g; Sól: 8.18 g;	Wartość energetyczna: 2461.62 kcal; Białko ogółem: 104.11 g; Tłuszcz: 79.25 g; Kw. tł. nasy.: 33.47 g; Węglowodany ogółem: 346.39 g; W tym cukry: 90.73 g; Błonnik pok.: 20.96 g; Sól: 7.64 g;	Wartość energetyczna: 2637.06 kcal; Białko ogółem: 118.01 g; Tłuszcz: 91.87 g; Kw. tł. nasy.: 38.22 g; Węglowodany ogółem: 353.71 g; W tym cukry: 80.18 g; Błonnik pok.: 26.96 g; Sól: 9.68 g;	Wartość energetyczna: 2584.75 kcal; Białko ogółem: 117.85 g; Tłuszcz: 82.42 g; Kw. tł. nasy.: 37.50 g; Węglowodany ogółem: 358.40 g; W tym cukry: 82.73 g; Błonnik pok.: 21.17 g; Sól: 8.79 g;	Wartość energetyczna: 2766.45 kcal; Białko ogółem: 140.83 g; Tłuszcz: 107.02 g; Kw. tł. nasy.: 46.06 g; Węglowodany ogółem: 351.98 g; W tym cukry: 55.06 g; Błonnik pok.: 47.00 g; Sól: 10.45 g;	Wartość energetyczna: 2578.50 kcal; Białko ogółem: 85.39 g; Tłuszcz: 87.00 g; Kw. tł. nasy.: 34.62 g; Węglowodany ogółem: 388.17 g; W tym cukry: 87.90 g; Błonnik pok.: 39.72 g; Sól: 7.70 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-09-28 do dnia 2026-10-11 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

	eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 50 g (<u>MLE</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 70 g (<u>MLE</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Sałata zielona 20 g	Mleko 200 ml (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 70 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 70 g (<u>MLE</u>) Dżem 30 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Sałata zielona 20 g
II ŚN	Koktajl truskawkowy* 200 ml (<u>MLE</u>)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Schab gotowany 40 g Sałata zielona 5 g	
Obiad	Pieczarkowa z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Kotlet pożarski-drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Kotlet pożarski-drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy (bez glutenu, bez mleka)* 80 ml Surówka z marchwi z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02.</u>) Pierogi ukraińskie * 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
PD					Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<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 Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ.</u>) Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ.</u>) Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ.</u>) Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata lodowa 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>) Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Paszтет sojowy z pomidorami 70 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata lodowa 20 g
PN	Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)				Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>)	Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)
	Wartość energetyczna: 2485.06 kcal; Białko ogółem: 102.45 g; Tłuszcz: 90.93 g; Kw. tł. nasy.: 35.35 g; Węglowodany ogółem: 336.79 g; W tym cukry: 83.19 g; Błonnik pok.: 26.68 g; Sól: 8.07 g;	Wartość energetyczna: 2254.89 kcal; Białko ogółem: 99.99 g; Tłuszcz: 70.19 g; Kw. tł. nasy.: 28.38 g; Węglowodany ogółem: 323.04 g; W tym cukry: 83.95 g; Błonnik pok.: 24.44 g; Sól: 7.64 g;	Wartość energetyczna: 2603.44 kcal; Białko ogółem: 113.94 g; Tłuszcz: 96.49 g; Kw. tł. nasy.: 37.47 g; Węglowodany ogółem: 348.17 g; W tym cukry: 68.91 g; Błonnik pok.: 30.54 g; Sól: 9.44 g;	Wartość energetyczna: 2377.88 kcal; Białko ogółem: 112.99 g; Tłuszcz: 73.19 g; Kw. tł. nasy.: 28.50 g; Węglowodany ogółem: 334.83 g; W tym cukry: 69.49 g; Błonnik pok.: 25.16 g; Sól: 8.81 g;	Wartość energetyczna: 2291.70 kcal; Białko ogółem: 127.51 g; Tłuszcz: 78.87 g; Kw. tł. nasy.: 32.34 g; Węglowodany ogółem: 316.91 g; W tym cukry: 40.56 g; Błonnik pok.: 42.17 g; Sól: 12.15 g;	Wartość energetyczna: 2547.21 kcal; Białko ogółem: 101.93 g; Tłuszcz: 83.50 g; Kw. tł. nasy.: 38.41 g; Węglowodany ogółem: 373.49 g; W tym cukry: 82.07 g; Błonnik pok.: 29.23 g; Sól: 5.00 g;

	eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, MASLO</u> extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella kulki 50 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix salat 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella kulki 50 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix salat 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, MASLO</u> extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella kulki 70 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix salat 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella kulki 70 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix salat 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, MASLO</u> extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella kulki 70 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mix salat 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, MASLO</u> extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Tofu 40 g (<u>SOJ.</u>) Pasta z twarogu waniliowa 70 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix salat 20 g
II ŚN	Galaretki jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (<u>MLE.</u>)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Salata zielona 5 g	
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Fasolka po bretońsku 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Salatka szwedzka z olejem b/c 150 g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia grillowana z ziołami* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Fasolka po bretońsku 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Salatka szwedzka z olejem b/c 150 g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia grillowana z ziołami* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Kasza gryczana 180 g Bitka schabowa duszona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Salatka szwedzka z olejem b/c 150 g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Fasolka po bretońsku wegetariańska 300 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Salatka szwedzka z olejem b/c 150 g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
PD					Jabłko 150 g	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Filet z kurczaka gotowany 30 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Filet z kurczaka gotowany 30 g Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<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 zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella kulki 70 g (<u>MLE.</u>) Salatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Wafle ryżowe 30 g				Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 40 g	Wafle ryżowe 30 g
	Wartość energetyczna: 2333.61 kcal; Białko ogółem: 92.54 g; Tłuszcz: 75.60 g; Kw. tł. nasy.: 33.98 g; Węglowodany ogółem: 345.12 g; W tym cukry: 62.75 g; Błonnik pok.: 34.00 g; Sól: 10.54 g;	Wartość energetyczna: 2288.85 kcal; Białko ogółem: 94.05 g; Tłuszcz: 74.50 g; Kw. tł. nasy.: 32.32 g; Węglowodany ogółem: 325.90 g; W tym cukry: 60.93 g; Błonnik pok.: 23.29 g; Sól: 7.10 g;	Wartość energetyczna: 2585.75 kcal; Białko ogółem: 97.33 g; Tłuszcz: 90.67 g; Kw. tł. nasy.: 38.77 g; Węglowodany ogółem: 373.95 g; W tym cukry: 69.17 g; Błonnik pok.: 39.37 g; Sól: 12.73 g;	Wartość energetyczna: 2471.25 kcal; Białko ogółem: 98.94 g; Tłuszcz: 82.01 g; Kw. tł. nasy.: 36.08 g; Węglowodany ogółem: 354.11 g; W tym cukry: 68.46 g; Błonnik pok.: 28.71 g; Sól: 9.05 g;	Wartość energetyczna: 2593.27 kcal; Białko ogółem: 130.85 g; Tłuszcz: 93.99 g; Kw. tł. nasy.: 41.27 g; Węglowodany ogółem: 349.16 g; W tym cukry: 53.91 g; Błonnik pok.: 47.64 g; Sól: 12.95 g;	Wartość energetyczna: 2510.12 kcal; Białko ogółem: 93.51 g; Tłuszcz: 80.59 g; Kw. tł. nasy.: 36.00 g; Węglowodany ogółem: 381.32 g; W tym cukry: 72.86 g; Błonnik pok.: 40.91 g; Sól: 9.68 g;

		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska
2026-10-02 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Dżem 30 g Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Rukola 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Dżem 30 g Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Rukola 20 g	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Dżem 30 g Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Rukola 20 g	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Dżem 30 g Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Rukola 20 g	Mleko 200 ml (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną 40 g (<u>SOJ</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Rukola 20 g	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Rukola 20 g
	II ŚN	Herbatniki Be Be 16g 2 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ</u>)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u>) Sałata zielona 5 g	
	Obiad	Szpinakowa z zacierką* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Ryba smażona (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pulpet rybno-warzywny* (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryba smażona (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Pulpet rybno-warzywny* (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z makaronem pełnoziarnistym (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Pulpet rybno-warzywny* (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Leczo wegetariańskie z ciecierzycą 300 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD					Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (<u>JAJ, MLE</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną 30 g (<u>SOJ</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jabłko 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną 30 g (<u>SOJ</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (<u>JAJ, MLE</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jabłko 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną 40 g (<u>SOJ</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 70 g (<u>JAJ, MLE</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jabłko 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną 40 g (<u>SOJ</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 70 g (<u>JAJ, MLE</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jabłko 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną 40 g (<u>SOJ</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 70 g (<u>JAJ, MLE</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jabłko 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 70 g (<u>JAJ, MLE</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jabłko 150 g
	PN	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (<u>MLE, GLU OW</u>)				Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u>)	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (<u>MLE, GLU OW</u>)
		Wartość energetyczna: 2253.00 kcal; Białko ogółem: 88.19 g; Tłuszcz: 70.74 g; Kw. tł. nasy.: 28.44 g; Węglowodany ogółem: 333.37 g; W tym cukry: 101.71 g; Błonnik pok.: 27.09 g; Sól: 6.55 g;	Wartość energetyczna: 2203.76 kcal; Białko ogółem: 82.16 g; Tłuszcz: 64.86 g; Kw. tł. nasy.: 28.00 g; Węglowodany ogółem: 334.88 g; W tym cukry: 100.22 g; Błonnik pok.: 23.84 g; Sól: 6.82 g;	Wartość energetyczna: 2404.08 kcal; Białko ogółem: 101.96 g; Tłuszcz: 73.45 g; Kw. tł. nasy.: 29.37 g; Węglowodany ogółem: 353.91 g; W tym cukry: 99.93 g; Błonnik pok.: 29.50 g; Sól: 7.72 g;	Wartość energetyczna: 2354.84 kcal; Białko ogółem: 95.93 g; Tłuszcz: 67.57 g; Kw. tł. nasy.: 28.93 g; Węglowodany ogółem: 355.43 g; W tym cukry: 98.43 g; Błonnik pok.: 26.25 g; Sól: 7.99 g;	Wartość energetyczna: 2345.89 kcal; Białko ogółem: 118.64 g; Tłuszcz: 79.45 g; Kw. tł. nasy.: 35.05 g; Węglowodany ogółem: 331.88 g; W tym cukry: 59.28 g; Błonnik pok.: 43.72 g; Sól: 10.33 g;	Wartość energetyczna: 2416.74 kcal; Białko ogółem: 88.33 g; Tłuszcz: 85.15 g; Kw. tł. nasy.: 41.80 g; Węglowodany ogółem: 346.56 g; W tym cukry: 97.25 g; Błonnik pok.: 31.43 g; Sól: 6.99 g;

		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska
2026-10-03 sobota	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 60 g (może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Ser żółty 30 g (MLE.) Ketchup 30 g (SEL.) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix салат 20 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser mozzarella kulki 50 g (MLE.) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix салат 20 g	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 120 g (może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Ser żółty 40 g (MLE.) Ketchup 30 g (SEL.) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix салат 20 g	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser mozzarella kulki 70 g (MLE.) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix салат 20 g	Mleko 200 ml (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.) Ser mozzarella kulki 70 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mix салат 20 g	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Hummus 70 g (SEZ.) Pasta z twarogu i ogórka świeżego 70 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix салат 20 g
	II ŚN	Banan 150 g				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 40 g (MLE.) Salata zielona 5 g	
	Obiad	Koperkowa z ryżem * 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml		Koperkowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml		Koperkowa z ryżem brązowym* 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Knedle z truskawkami * 300 g (GLU PSZ.) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD					Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (SOJ.) Pasztet z soczewicy* 50 g (JAJ.) Salatka wiosenna - diety 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (SOJ.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Salatka zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Buraczki gotowane plastry 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasztet z soczewicy* 70 g (JAJ.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Salatka wiosenna - diety 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (SOJ.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Salatka zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Buraczki gotowane plastry 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (SOJ.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Salatka wiosenna - diety 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pasztet z soczewicy* 70 g (JAJ.) Salatka wiosenna - diety 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g
	PN	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)				Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.)	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
		Wartość energetyczna: 2562.30 kcal; Białko ogółem: 91.75 g; Tłuszcz: 94.80 g; Kw. tł. nasy.: 38.88 g; Węglowodany ogółem: 358.66 g; W tym cukry: 100.40 g; Błonnik pok.: 34.98 g; Sól: 9.83 g;	Wartość energetyczna: 2245.90 kcal; Białko ogółem: 86.68 g; Tłuszcz: 72.29 g; Kw. tł. nasy.: 36.38 g; Węglowodany ogółem: 330.68 g; W tym cukry: 94.48 g; Błonnik pok.: 27.75 g; Sól: 8.33 g;	Wartość energetyczna: 2873.27 kcal; Białko ogółem: 100.10 g; Tłuszcz: 119.41 g; Kw. tł. nasy.: 49.81 g; Węglowodany ogółem: 379.63 g; W tym cukry: 77.59 g; Błonnik pok.: 39.65 g; Sól: 11.26 g;	Wartość energetyczna: 2384.96 kcal; Białko ogółem: 97.80 g; Tłuszcz: 79.09 g; Kw. tł. nasy.: 40.21 g; Węglowodany ogółem: 340.17 g; W tym cukry: 70.81 g; Błonnik pok.: 28.04 g; Sól: 9.91 g;	Wartość energetyczna: 2453.43 kcal; Białko ogółem: 124.73 g; Tłuszcz: 98.75 g; Kw. tł. nasy.: 52.01 g; Węglowodany ogółem: 310.61 g; W tym cukry: 42.62 g; Błonnik pok.: 43.72 g; Sól: 11.41 g;	Wartość energetyczna: 2778.83 kcal; Białko ogółem: 90.88 g; Tłuszcz: 86.57 g; Kw. tł. nasy.: 40.01 g; Węglowodany ogółem: 444.47 g; W tym cukry: 81.75 g; Błonnik pok.: 34.24 g; Sól: 8.13 g;

		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska	
2026-10-04 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Mix салат 20 g Banan 1szt. 1 szt Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u>) Cukier 25 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 zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Mix салат 20 g Banan 1szt. 1 szt Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u>) Cukier 25 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Mix салат 20 g Pasta warzywna* 80 g (<u>SEL</u>) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u>) Cukier 25 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 zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Mix салат 20 g Pasta warzywna* 80 g (<u>SEL</u>) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u>) Cukier 25 g	Mleko 200 ml (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Mix салат 20 g 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Dżem 30 g Mix салат 20 g Pasta warzywna* 80 g (<u>SEL</u>) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u>) Cukier 25 g	
	II śN	Sok tłoczony jabłkowo-gruszkowy NFC 100% 200ml 1 szt				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SOJ.</u>) Salata zielona 5 g		
	Obiad	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Udziec z kurczaka pieczony b/k b/s 100 g Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Udziec z kurczaka pieczony b/k b/s 100 g Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Udziec z kurczaka pieczony b/k b/s 100 g Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Udziec z kurczaka pieczony b/k b/s 100 g Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem pełnoziarnistym* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Udziec z kurczaka pieczony b/k b/s 100 g Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Kotlety sojowe panierowane 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u>) Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	PD						Jabłko 150 g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (<u>MLE</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (<u>MLE</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	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 twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 40 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 40 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE</u>) Hummus z ciecierzycy 70 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
PN	Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)					Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (<u>SOJ</u>)	Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	
		Wartość energetyczna: 2213.78 kcal; Białko ogółem: 97.41 g; Tłuszcz: 67.08 g; Kw. tł. nasy.: 29.49 g; Węglowodany ogółem: 329.05 g; W tym cukry: 113.94 g; Błonnik pok.: 27.01 g; Sól: 6.57 g;	Wartość energetyczna: 2185.38 kcal; Białko ogółem: 101.48 g; Tłuszcz: 59.66 g; Kw. tł. nasy.: 28.97 g; Węglowodany ogółem: 324.40 g; W tym cukry: 110.33 g; Błonnik pok.: 19.96 g; Sól: 6.61 g;	Wartość energetyczna: 2249.01 kcal; Białko ogółem: 110.42 g; Tłuszcz: 73.94 g; Kw. tł. nasy.: 30.80 g; Węglowodany ogółem: 306.15 g; W tym cukry: 63.29 g; Błonnik pok.: 25.40 g; Sól: 7.96 g;	Wartość energetyczna: 2197.11 kcal; Białko ogółem: 113.19 g; Tłuszcz: 66.63 g; Kw. tł. nasy.: 30.29 g; Węglowodany ogółem: 301.56 g; W tym cukry: 59.88 g; Błonnik pok.: 21.65 g; Sól: 8.11 g;	Wartość energetyczna: 2311.82 kcal; Białko ogółem: 119.16 g; Tłuszcz: 84.32 g; Kw. tł. nasy.: 35.48 g; Węglowodany ogółem: 318.13 g; W tym cukry: 51.52 g; Błonnik pok.: 45.70 g; Sól: 9.93 g;	Wartość energetyczna: 2349.28 kcal; Białko ogółem: 84.54 g; Tłuszcz: 79.98 g; Kw. tł. nasy.: 27.91 g; Węglowodany ogółem: 352.97 g; W tym cukry: 76.41 g; Błonnik pok.: 39.61 g; Sól: 6.17 g;	

		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska
2026-10-05 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix салат 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix салат 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix салат 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix салат 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>) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mix салат 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasztet sojowy z pomidorami 70 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix салат 20 g
	II ŚN	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną 40 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 5 g	
	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Knedle z truskawkami * 300 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos jogurtowo-porczejkowy* 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml		Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowy z twarogiem b/c 80 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml		Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 180 g Pulpet mięsno-warzywny* (wieprzowy) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowy z twarogiem b/c 80 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD					Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Salatka jarzynowa z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Salatka jarzynowa z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Salatka jarzynowa z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Salatka jarzynowa z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Salatka jarzynowa z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salatka jarzynowa z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt				Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Filet z kurczaka gotowany 40 g	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt
		Wartość energetyczna: 2423.99 kcal; Białko ogółem: 85.67 g; Tłuszcz: 74.35 g; Kw. tł. nasy.: 35.00 g; Węglowodany ogółem: 377.73 g; W tym cukry: 140.86 g; Błonnik pok.: 30.17 g; Sól: 6.53 g;	Wartość energetyczna: 2449.04 kcal; Białko ogółem: 85.81 g; Tłuszcz: 74.47 g; Kw. tł. nasy.: 34.93 g; Węglowodany ogółem: 376.19 g; W tym cukry: 137.15 g; Błonnik pok.: 21.39 g; Sól: 6.55 g;	Wartość energetyczna: 2308.55 kcal; Białko ogółem: 80.80 g; Tłuszcz: 66.75 g; Kw. tł. nasy.: 30.05 g; Węglowodany ogółem: 371.19 g; W tym cukry: 102.42 g; Błonnik pok.: 34.17 g; Sól: 6.15 g;	Wartość energetyczna: 2333.60 kcal; Białko ogółem: 80.93 g; Tłuszcz: 66.87 g; Kw. tł. nasy.: 29.98 g; Węglowodany ogółem: 369.65 g; W tym cukry: 98.70 g; Błonnik pok.: 25.39 g; Sól: 6.16 g;	Wartość energetyczna: 2516.09 kcal; Białko ogółem: 110.67 g; Tłuszcz: 93.29 g; Kw. tł. nasy.: 36.59 g; Węglowodany ogółem: 356.20 g; W tym cukry: 43.37 g; Błonnik pok.: 58.21 g; Sól: 8.95 g;	Wartość energetyczna: 2434.63 kcal; Białko ogółem: 71.43 g; Tłuszcz: 83.21 g; Kw. tł. nasy.: 30.93 g; Węglowodany ogółem: 375.70 g; W tym cukry: 101.73 g; Błonnik pok.: 35.43 g; Sól: 6.18 g;

	eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska
2026-10-06 wtorek						
Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix салат 20 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix салат 20 g	Makaron na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Ser topiony 50 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix салат 20 g	Makaron na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix салат 20 g	Mleko 200 ml (<u>MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mix салат 20 g	Makaron na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Ser topiony 50 g (<u>MLE,</u>) Miód 30 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Mix салат 20 g
II ŚN	Śliwka 150 g	Banan 150 g			Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Salata zielona 5 g	
Obiad	Grochowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza gryczana 160 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Surówka z kalarepek, jabłka i marchewki z olejem 150 g Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (<u>GLU JECZ,</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza gryczana 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z kalarepek, jabłka i marchewki z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ,</u>) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza gryczana 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z kalarepek, jabłka i marchewki z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kaszotto wegetariańskie z tofu * 300 g (<u>SOJ, SEL, GLU, JECZ,</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z kalarepek, jabłka i marchewki z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
PD					Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Paszтет rybny z warzywami (Łosoś) ** 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Paszтет rybny z warzywami (Łosoś) ** 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Ser mozzarella kulki 70 g (<u>MLE,</u>) Paszтет rybny z warzywami (Łosoś) ** 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Paszтет rybny z warzywami (Łosoś) ** 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>) Ser mozzarella kulki 70 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Paszтет rybny z warzywami (Łosoś) ** 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>) Ser mozzarella kulki 70 g (<u>MLE,</u>) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Ser mozzarella kulki 70 g (<u>MLE,</u>) Salatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 100 g Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g
PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE,</u>) Bułka maślana b/ml 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, może zawierać: SOJ, SEZ, GLU OW,</u>)				Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>)	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE,</u>) Bułka maślana b/ml 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, może zawierać: SOJ, SEZ, GLU OW,</u>)
	Wartość energetyczna: 2913.37 kcal; Białko ogółem: 118.83 g; Tłuszcz: 84.93 g; Kw. tł. nasy.: 32.69 g; Węglowodany ogółem: 410.52 g; W tym cukry: 97.75 g; Błonnik pok.: 31.71 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 2688.63 kcal; Białko ogółem: 110.78 g; Tłuszcz: 68.58 g; Kw. tł. nasy.: 31.52 g; Węglowodany ogółem: 395.87 g; W tym cukry: 90.89 g; Błonnik pok.: 24.95 g; Sól: 7.01 g;	Wartość energetyczna: 3315.82 kcal; Białko ogółem: 136.40 g; Tłuszcz: 114.84 g; Kw. tł. nasy.: 49.89 g; Węglowodany ogółem: 433.24 g; W tym cukry: 73.99 g; Błonnik pok.: 37.28 g; Sól: 9.53 g;	Wartość energetyczna: 3020.99 kcal; Białko ogółem: 133.52 g; Tłuszcz: 86.75 g; Kw. tł. nasy.: 42.50 g; Węglowodany ogółem: 416.58 g; W tym cukry: 69.42 g; Błonnik pok.: 25.91 g; Sól: 8.56 g;	Wartość energetyczna: 2865.96 kcal; Białko ogółem: 139.74 g; Tłuszcz: 109.75 g; Kw. tł. nasy.: 47.14 g; Węglowodany ogółem: 365.86 g; W tym cukry: 48.62 g; Błonnik pok.: 42.72 g; Sól: 9.64 g;	Wartość energetyczna: 3016.59 kcal; Białko ogółem: 91.97 g; Tłuszcz: 105.92 g; Kw. tł. nasy.: 44.62 g; Węglowodany ogółem: 415.42 g; W tym cukry: 82.28 g; Błonnik pok.: 42.67 g; Sól: 8.86 g;

		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska	
2026-10-07 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Mix salat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Ogórek świeży 70 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Mix salat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Pomidor 80 g	Ryż na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Mix salat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Jabłko 150 g	Ryż na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Mix salat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Jabłko 150 g	Mleko 200 ml (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Mix salat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jabłko 150 g	Ryż na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pasztet sojowy z pomidorami 70 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Mix salat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Jabłko 150 g	
	II ŚN	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)				Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Salata zielona 5 g		
	Obiad	Grysikowa z ziemniakami* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g Sos bazyliowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Salata zielona z kefirem 60 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml		Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Sos bazyliowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Salata zielona z kefirem 60 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g Sos bazyliowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Salata zielona z kefirem 60 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Placki ziemniaczane 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Salata zielona z kefirem 60 g (<u>MLE</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml		
	PD						Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z groszku zielonego b/ml 70 g Hummus 70 g (<u>SEZ.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g	
	PN	Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt		Sok pomidorowy, kubek 0,2 l 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Schab gotowany 40 g	Sok pomidorowy, kubek 0,2 l 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2073.62 kcal; Białko ogółem: 109.41 g; Tłuszcz: 54.46 g; Kw. tł. nasy.: 28.96 g; Węglowodany ogółem: 300.16 g; W tym cukry: 89.76 g; Błonnik pok.: 18.22 g; Sól: 6.62 g;	Wartość energetyczna: 2099.62 kcal; Białko ogółem: 110.78 g; Tłuszcz: 54.43 g; Kw. tł. nasy.: 28.97 g; Węglowodany ogółem: 300.78 g; W tym cukry: 90.50 g; Błonnik pok.: 15.46 g; Sól: 6.52 g;	Wartość energetyczna: 2149.01 kcal; Białko ogółem: 104.37 g; Tłuszcz: 55.84 g; Kw. tł. nasy.: 27.55 g; Węglowodany ogółem: 331.43 g; W tym cukry: 70.66 g; Błonnik pok.: 26.83 g; Sól: 10.20 g;	Wartość energetyczna: 2196.01 kcal; Białko ogółem: 106.97 g; Tłuszcz: 55.64 g; Kw. tł. nasy.: 27.52 g; Węglowodany ogółem: 331.33 g; W tym cukry: 70.26 g; Błonnik pok.: 20.23 g; Sól: 10.01 g;	Wartość energetyczna: 2256.83 kcal; Białko ogółem: 128.84 g; Tłuszcz: 68.55 g; Kw. tł. nasy.: 34.47 g; Węglowodany ogółem: 321.46 g; W tym cukry: 48.66 g; Błonnik pok.: 37.24 g; Sól: 10.20 g;	Wartość energetyczna: 2712.14 kcal; Białko ogółem: 69.52 g; Tłuszcz: 118.52 g; Kw. tł. nasy.: 30.78 g; Węglowodany ogółem: 366.86 g; W tym cukry: 76.85 g; Błonnik pok.: 32.70 g; Sól: 9.59 g;		

		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska
2026-10-08 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser mozzarella kulki 50 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Słupki z warzyw () 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Rukola 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser mozzarella kulki 50 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Rukola 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>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>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Ser mozzarella kulki 70 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pasta warzywna* 80 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Rukola 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser mozzarella kulki 70 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pasta warzywna* 80 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Rukola 20 g	Mleko 200 ml (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser mozzarella kulki 70 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pasta warzywna* 80 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Rukola 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser mozzarella kulki 70 g (<u>MLE</u>) Serek Fromage 70 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Pasta warzywna* 80 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Rukola 20 g
	II ŚN	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twarożek 40 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g	
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Łazanki z kapustą i mięsem drob z udźca 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 160 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Łazanki z kapustą i mięsem drob z udźca 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 180 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ,</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ,</u>) Łopatką wieprzową pieczoną 100 g Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z warzywami i serem żółtym* 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Brokuł gotowany* 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>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (<u>MLE</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (<u>MLE</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 40 g Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Paszтет z soczewicy () 70 g (<u>JAJ</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g
	PN	Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)		Ciasto drożdżowe b/c 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)		Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Schab gotowany 40 g	Ciasto drożdżowe b/c 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)
		Wartość energetyczna: 2282.29 kcal; Białko ogółem: 96.03 g; Tłuszcz: 78.14 g; Kw. tł. nasy.: 36.53 g; Węglowodany ogółem: 312.08 g; W tym cukry: 75.51 g; Błonnik pok.: 26.14 g; Sól: 7.85 g;	Wartość energetyczna: 2327.87 kcal; Białko ogółem: 98.17 g; Tłuszcz: 73.13 g; Kw. tł. nasy.: 34.49 g; Węglowodany ogółem: 330.33 g; W tym cukry: 81.37 g; Błonnik pok.: 22.14 g; Sól: 7.07 g;	Wartość energetyczna: 2645.16 kcal; Białko ogółem: 110.07 g; Tłuszcz: 84.72 g; Kw. tł. nasy.: 38.89 g; Węglowodany ogółem: 350.65 g; W tym cukry: 72.57 g; Błonnik pok.: 32.70 g; Sól: 9.76 g;	Wartość energetyczna: 2741.99 kcal; Białko ogółem: 117.60 g; Tłuszcz: 82.41 g; Kw. tł. nasy.: 37.45 g; Węglowodany ogółem: 365.40 g; W tym cukry: 67.64 g; Błonnik pok.: 24.97 g; Sól: 9.07 g;	Wartość energetyczna: 2583.63 kcal; Białko ogółem: 148.55 g; Tłuszcz: 90.66 g; Kw. tł. nasy.: 45.74 g; Węglowodany ogółem: 334.32 g; W tym cukry: 47.47 g; Błonnik pok.: 45.70 g; Sól: 9.48 g;	Wartość energetyczna: 2941.54 kcal; Białko ogółem: 98.87 g; Tłuszcz: 109.47 g; Kw. tł. nasy.: 56.69 g; Węglowodany ogółem: 380.98 g; W tym cukry: 72.17 g; Błonnik pok.: 31.68 g; Sól: 8.03 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-09-28 do dnia 2026-10-11 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

	eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska
Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (<u>SOJ,</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>) Śliwka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Sałata zielona 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (<u>SOJ,</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Sałata zielona 20 g	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 40 g (<u>SOJ,</u>) Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE,</u>) Śliwka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Sałata zielona 20 g	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 40 g (<u>SOJ,</u>) Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Sałata zielona 20 g	Mleko 200 ml (<u>MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE,</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 40 g (<u>SOJ,</u>) Śliwka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE,</u>) Dżem 30 g Śliwka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Sałata zielona 20 g
II ŚN	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Schab gotowany 40 g Sałata zielona 5 g	
Obiad	Kalafiorowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 100 g (<u>RYB,</u>) Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka żydowska z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 100 g (<u>RYB,</u>) Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 100 g (<u>RYB,</u>) Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka żydowska z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 100 g (<u>RYB,</u>) Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem brązowym * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 100 g (<u>RYB,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka żydowska z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 100 g (<u>RYB,</u>) Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka żydowska z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
PD					Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mix салат 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mix салат 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 70 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mix салат 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 70 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mix салат 20 g	Chleb żytni razowy 70 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 70 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mix салат 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 70 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mix салат 20 g
PN		Pieczynko chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)			Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g	Pieczynko chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)
	Wartość energetyczna: 2137.88 kcal; Białko ogółem: 94.98 g; Tłuszcz: 61.67 g; Kw. tł. nasy.: 26.80 g; Węglowodany ogółem: 323.65 g; W tym cukry: 88.55 g; Błonnik pok.: 27.61 g; Sól: 8.81 g;	Wartość energetyczna: 2148.40 kcal; Białko ogółem: 98.80 g; Tłuszcz: 57.91 g; Kw. tł. nasy.: 26.24 g; Węglowodany ogółem: 325.70 g; W tym cukry: 94.72 g; Błonnik pok.: 24.27 g; Sól: 7.86 g;	Wartość energetyczna: 2318.87 kcal; Białko ogółem: 103.86 g; Tłuszcz: 64.46 g; Kw. tł. nasy.: 26.64 g; Węglowodany ogółem: 351.84 g; W tym cukry: 71.45 g; Błonnik pok.: 29.62 g; Sól: 10.40 g;	Wartość energetyczna: 2329.39 kcal; Białko ogółem: 107.68 g; Tłuszcz: 60.69 g; Kw. tł. nasy.: 26.08 g; Węglowodany ogółem: 353.89 g; W tym cukry: 77.61 g; Błonnik pok.: 26.28 g; Sól: 9.45 g;	Wartość energetyczna: 2206.36 kcal; Białko ogółem: 121.97 g; Tłuszcz: 73.70 g; Kw. tł. nasy.: 31.69 g; Węglowodany ogółem: 299.20 g; W tym cukry: 47.54 g; Błonnik pok.: 37.51 g; Sól: 13.71 g;	Wartość energetyczna: 2234.51 kcal; Białko ogółem: 91.45 g; Tłuszcz: 62.15 g; Kw. tł. nasy.: 28.06 g; Węglowodany ogółem: 348.02 g; W tym cukry: 81.77 g; Błonnik pok.: 29.41 g; Sól: 7.59 g;

		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska
2026-10-10 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>) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 30 g (<u>SOJ, SEL</u>) Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>może zawierać: MLE, SEL, GOR</u>) Ketchup 30 g (<u>SEL</u>) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Salata lodowa 20 g	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE</u>) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 30 g (<u>SOJ, SEL</u>) Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Pomidor 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>) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Salata lodowa 20 g	Platki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Pasta z brokuła * 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 twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salata lodowa 20 g	Platki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 25 g Salata lodowa 20 g
	II ŚN	Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u>)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Filet z kurczaka gotowany 40 g Salata zielona 5 g	
	Obiad	Selerowa z ziemniakami * 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (<u>GLU JECZ</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (<u>GLU JECZ</u>) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Gulasz z żółdków drobiowych* 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza gryczana 180 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ</u>) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Kasza gryczana 180 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Kasza gryczana 180 g Gulasz z soczewicy i papryki () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Buraczki gotowane 150 g
	PD					Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Salatka z ryżu, brokułów i wędliny z olejem 100 g (<u>SEL</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g Salata zielona 20 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Salatka z ryżu, brokułów i wędliny z olejem 100 g (<u>SEL</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Salatka z ryżu, brokułów i wędliny z olejem 100 g (<u>SEL</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ</u>) Salatka z ryżu brązowego, brokułów i wędliny z olejem 100 g (<u>SEL</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE</u>) Salatka z brokulem, ciecierzycą, pestkami słonecznika i koperkiem 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g Salata zielona 20 g
PN		Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt				Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 40 g (<u>SOJ</u>)	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt
		Wartość energetyczna: 2414.85 kcal; Białko ogółem: 78.94 g; Tłuszcz: 90.13 g; Kw. tł. nasy.: 31.00 g; Węglowodany ogółem: 350.33 g; W tym cukry: 97.93 g; Błonnik pok.: 32.22 g; Sól: 9.15 g;	Wartość energetyczna: 2228.79 kcal; Białko ogółem: 75.33 g; Tłuszcz: 75.04 g; Kw. tł. nasy.: 28.32 g; Węglowodany ogółem: 337.94 g; W tym cukry: 90.66 g; Błonnik pok.: 25.57 g; Sól: 6.89 g;	Wartość energetyczna: 2748.41 kcal; Białko ogółem: 94.60 g; Tłuszcz: 109.65 g; Kw. tł. nasy.: 38.67 g; Węglowodany ogółem: 374.81 g; W tym cukry: 95.18 g; Błonnik pok.: 38.88 g; Sól: 10.91 g;	Wartość energetyczna: 2464.09 kcal; Białko ogółem: 86.10 g; Tłuszcz: 83.76 g; Kw. tł. nasy.: 30.46 g; Węglowodany ogółem: 362.65 g; W tym cukry: 86.78 g; Błonnik pok.: 30.25 g; Sól: 8.89 g;	Wartość energetyczna: 2510.85 kcal; Białko ogółem: 121.45 g; Tłuszcz: 94.18 g; Kw. tł. nasy.: 38.18 g; Węglowodany ogółem: 344.62 g; W tym cukry: 48.42 g; Błonnik pok.: 49.08 g; Sól: 9.81 g;	Wartość energetyczna: 2500.51 kcal; Białko ogółem: 93.53 g; Tłuszcz: 81.71 g; Kw. tł. nasy.: 35.06 g; Węglowodany ogółem: 382.30 g; W tym cukry: 93.73 g; Błonnik pok.: 43.50 g; Sól: 6.61 g;

	eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska
Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u>) Cukier 25 g Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Sałata lodowa 20 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u>) Cukier 25 g Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Banan 150 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u>) Cukier 25 g Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Sałata lodowa 20 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u>) Cukier 25 g Banan 150 g	Mleko 200 ml (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u>) Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Hummus z ciecierzycy 70 g Banan 150 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u>) Cukier 25 g Sałata lodowa 20 g
II ŚN	Gruszka 1szt. 150 g	Jabłko 1 szt 1 szt			Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>SOJ. GOR.</u>) Sałata zielona 5 g	
Obiad	Pomidorowa z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Mizeria 150 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Bitka schabowa duszona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Mizeria 150 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bitka schabowa duszona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bitka schabowa duszona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Mizeria 150 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Zapiekanka z ziemników i warzyw* 350 g (<u>JAJ, MLE, SEL.</u>) Mizeria 150 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)
PD					Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (<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>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Papryka świeża 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) 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 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Papryka świeża 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z soczewicy czerwonej 70 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 70 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Papryka świeża 80 g
PN	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)				Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 40 g (<u>SOJ, SEL.</u>)	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)
	Wartość energetyczna: 2368.07 kcal; Białko ogółem: 93.84 g; Tłuszcz: 68.24 g; Kw. tł. nasy.: 28.73 g; Węglowodany ogółem: 337.06 g; W tym cukry: 101.60 g; Błonnik pok.: 24.60 g; Sól: 6.26 g;	Wartość energetyczna: 2339.92 kcal; Białko ogółem: 105.91 g; Tłuszcz: 63.09 g; Kw. tł. nasy.: 27.86 g; Węglowodany ogółem: 321.22 g; W tym cukry: 97.68 g; Błonnik pok.: 23.22 g; Sól: 6.31 g;	Wartość energetyczna: 2482.19 kcal; Białko ogółem: 104.34 g; Tłuszcz: 70.29 g; Kw. tł. nasy.: 29.64 g; Węglowodany ogółem: 356.20 g; W tym cukry: 89.47 g; Błonnik pok.: 27.18 g; Sól: 7.58 g;	Wartość energetyczna: 2477.54 kcal; Białko ogółem: 117.71 g; Tłuszcz: 65.04 g; Kw. tł. nasy.: 28.75 g; Węglowodany ogółem: 340.31 g; W tym cukry: 85.35 g; Błonnik pok.: 22.51 g; Sól: 7.54 g;	Wartość energetyczna: 2595.42 kcal; Białko ogółem: 140.87 g; Tłuszcz: 87.03 g; Kw. tł. nasy.: 41.17 g; Węglowodany ogółem: 356.34 g; W tym cukry: 77.10 g; Błonnik pok.: 41.52 g; Sól: 10.29 g;	Wartość energetyczna: 2575.68 kcal; Białko ogółem: 90.77 g; Tłuszcz: 79.89 g; Kw. tł. nasy.: 35.84 g; Węglowodany ogółem: 375.11 g; W tym cukry: 101.12 g; Błonnik pok.: 34.96 g; Sól: 6.39 g;

Oznaczenia alergenów:

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

Oznaczenia wskaźników odż.:

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