

		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska
2025-12-22 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 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>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 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>) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 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>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 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>) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Mleko 200 ml (<u>MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 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>) Ser mozzarella kulki 70 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Ser mozzarella kulki 70 g (<u>MLE,</u>) Hummus + 70 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g
	II ŚN	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt				Sok warzywny 0,3l 1 szt (<u>SEL,</u>)	
	Obiad	Zupa ziemniaczana + 300 g (<u>MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 160 g Gulasz wieprzowy węgierski + 200 g (<u>MLE,</u>) Surówka z czerwonej kapusty z natką pietruszki i słonecznikiem b/c + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 300 g (<u>MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 160 g Mięso wieprzowe z warzywami do risotto + 150 g (<u>MLE, SEL,</u>) Sos pomidorowy + 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 400 g (<u>MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 180 g Gulasz wieprzowy węgierski + 200 g (<u>MLE,</u>) Surówka z czerwonej kapusty z natką pietruszki i słonecznikiem b/c + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 400 g (<u>MLE, SEL,</u>) Mięso wieprzowe z warzywami do risotto + 150 g (<u>MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 120 g Sos pomidorowy + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 400 g (<u>MLE, SEL,</u>) Pulpet wieprzowy + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Sos pomidorowy + 80 g Surówka z czerwonej kapusty z natką pietruszki i słonecznikiem b/c + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa gryskowa + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>) Krokiety ziemniaczane z mozzarellą + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,</u>) Dip jogurtowo-ziołowy + 100 g (<u>MLE,</u>) Surówka z czerwonej kapusty z natką pietruszki i słonecznikiem b/c + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Gruszka 1szt. 150 g	Banan 1szt. 1 szt			Gruszka 1szt. 150 g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE,</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE,</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE,</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE,</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE,</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Salatka z kuskusem fasola czerwoną z warzywami w stylu meksykańskim + 70 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: RYB, MCK,</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE,</u>) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE,</u>)	
		Wartość energetyczna: 2516.46 kcal; Białko ogółem: 94.91 g; Tłuszcz: 80.33 g; Kw. tł. nasy.: 36.82 g; Węglowodany ogółem: 367.58 g; W tym cukry: 101.02 g; Błonnik pok.: 30.12 g; Sól: 11.30 g;	Wartość energetyczna: 2521.63 kcal; Białko ogółem: 72.14 g; Tłuszcz: 78.85 g; Kw. tł. nasy.: 36.93 g; Węglowodany ogółem: 389.07 g; W tym cukry: 123.16 g; Błonnik pok.: 25.45 g; Sól: 10.78 g;	Wartość energetyczna: 2507.67 kcal; Białko ogółem: 98.53 g; Tłuszcz: 84.81 g; Kw. tł. nasy.: 38.23 g; Węglowodany ogółem: 353.06 g; W tym cukry: 72.96 g; Błonnik pok.: 30.13 g; Sól: 12.32 g;	Wartość energetyczna: 2429.41 kcal; Białko ogółem: 74.84 g; Tłuszcz: 85.56 g; Kw. tł. nasy.: 39.65 g; Węglowodany ogółem: 348.99 g; W tym cukry: 71.82 g; Błonnik pok.: 24.96 g; Sól: 11.89 g;	Wartość energetyczna: 2444.62 kcal; Białko ogółem: 101.22 g; Tłuszcz: 107.45 g; Kw. tł. nasy.: 54.20 g; Węglowodany ogółem: 284.48 g; W tym cukry: 58.79 g; Błonnik pok.: 41.21 g; Sól: 14.79 g;	Wartość energetyczna: 2471.85 kcal; Białko ogółem: 83.85 g; Tłuszcz: 94.23 g; Kw. tł. nasy.: 42.08 g; Węglowodany ogółem: 332.93 g; W tym cukry: 74.69 g; Błonnik pok.: 31.37 g; Sól: 12.28 g;

2025-12-23 wtorek	Śniadanie	eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska
		Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU</u>PSZ, <u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU</u>PSZ, <u>GLU</u> ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU</u>PSZ, <u>GLU</u> ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M. 1 szt (<u>JAJ</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU</u>PSZ, <u>JAJ</u>, <u>SOJ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>GOR</u>) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU</u>PSZ, <u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU</u>PSZ, <u>GLU</u> ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU</u>PSZ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU</u>PSZ, <u>JAJ</u>, <u>SOJ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>GOR</u>) Pomidor 50 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU</u>PSZ, <u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU</u>PSZ, <u>GLU</u> ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU</u>PSZ) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M. 1 szt (<u>JAJ</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU</u>PSZ, <u>JAJ</u>, <u>SOJ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>GOR</u>) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU</u>PSZ, <u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU</u>PSZ, <u>GLU</u> ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU</u>PSZ) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU</u>PSZ, <u>JAJ</u>, <u>SOJ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>GOR</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Mleko 200 ml (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU</u>PSZ, <u>GLU</u> ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M. 1 szt (<u>JAJ</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU</u>PSZ, <u>JAJ</u>, <u>SOJ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>GOR</u>) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU</u>PSZ, <u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU</u>PSZ, <u>GLU</u> ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU</u>PSZ, <u>GLU</u> ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M. 1 szt (<u>JAJ</u>) Hummus + 70 g (<u>SOJ</u>) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g
	II ŚN	Jabłko 150 g				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU</u>PSZ, <u>GLU</u> ŻYT.) Hummus + 50 g (<u>SOJ</u>)	
	Obiad	Krupnik jęczmienny + 300 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU</u> JĘCZ.) Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 80 g Sos brokułowy- dieta + 80 g (<u>MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Buraki tarte na ciepło + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny + 400 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU</u> JĘCZ.) Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 80 g Sos brokułowy- dieta + 80 g (<u>MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Buraki tarte na ciepło + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml			Krupnik jęczmienny + 400 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU</u> JĘCZ.) Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 80 g Sos brokułowy- dieta + 80 g (<u>MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka Coleslaw + 120 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>GOR</u> , <u>SO2</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny + 400 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU</u> JĘCZ.) Burger z soczewicy pieczony + 100 g (<u>GLU</u>PSZ, <u>MLE</u>) Salsa pomidorowa + 80 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka Coleslaw + 120 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>GOR</u> , <u>SO2</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>)				Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (<u>MLE</u>)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU</u>PSZ, <u>GLU</u> ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU</u>PSZ) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser mozzarella 50 g (<u>MLE</u>) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g (<u>GLU</u>PSZ, <u>SOJ</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU</u>PSZ, <u>GLU</u> ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU</u>PSZ) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser mozzarella 70 g (<u>MLE</u>) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g (<u>GLU</u>PSZ, <u>SOJ</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU</u>PSZ, <u>GLU</u> ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Marchew mini gotowana + 70 g Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g (<u>GLU</u>PSZ, <u>SOJ</u>) Ser mozzarella 70 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU</u>PSZ, <u>GLU</u> ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU</u>PSZ) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Sałatka z makaronem pełnoziarnistym z fetą i warzywami + 70 g (<u>GLU</u>PSZ, <u>MLE</u>) Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU</u>PSZ, <u>GLU</u> ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>)	
	Wartość energetyczna: 2353.76 kcal; Białko ogółem: 101.66 g; Tłuszcz: 70.04 g; Kw. tł. nasy.: 26.21 g; Węglowodany ogółem: 340.53 g; W tym cukry: 101.25 g; Błonnik pok.: 26.06 g; Sól: 10.09 g;	Wartość energetyczna: 2329.55 kcal; Białko ogółem: 101.75 g; Tłuszcz: 65.81 g; Kw. tł. nasy.: 24.90 g; Węglowodany ogółem: 341.98 g; W tym cukry: 101.13 g; Błonnik pok.: 22.07 g; Sól: 10.58 g;	Wartość energetyczna: 2317.67 kcal; Białko ogółem: 106.31 g; Tłuszcz: 73.33 g; Kw. tł. nasy.: 24.94 g; Węglowodany ogółem: 317.63 g; W tym cukry: 68.89 g; Błonnik pok.: 22.58 g; Sól: 10.74 g;	Wartość energetyczna: 2274.66 kcal; Białko ogółem: 105.36 g; Tłuszcz: 69.18 g; Kw. tł. nasy.: 23.65 g; Węglowodany ogółem: 316.48 g; W tym cukry: 68.93 g; Błonnik pok.: 21.23 g; Sól: 11.31 g;	Wartość energetyczna: 2451.45 kcal; Białko ogółem: 116.67 g; Tłuszcz: 95.33 g; Kw. tł. nasy.: 35.05 g; Węglowodany ogółem: 300.53 g; W tym cukry: 53.22 g; Błonnik pok.: 42.10 g; Sól: 12.38 g;	Wartość energetyczna: 2497.56 kcal; Białko ogółem: 73.45 g; Tłuszcz: 82.40 g; Kw. tł. nasy.: 29.78 g; Węglowodany ogółem: 375.93 g; W tym cukry: 71.21 g; Błonnik pok.: 32.21 g; Sól: 10.87 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-12-22 do dnia 2026-01-04 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

eKAW- CH Podstawowa		eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska
2025-12-24 środa	Śniadanie		Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M. 1 szt (<u>JAJ,</u>) Paszтет z fasoli + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW.</u>) Słupki papryki kolorowej + 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Cukier 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M. 1 szt (<u>JAJ,</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE,</u>) Pomidor b/skórki 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Cukier 30 g	Mleko 200 ml (<u>MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M. 1 szt (<u>JAJ,</u>) Paszтет z fasoli + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW.</u>) Słupki papryki kolorowej + 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M. 1 szt (<u>JAJ,</u>) Paszтет z fasoli + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW.</u>) Słupki papryki kolorowej + 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Cukier 30 g
	II ŚN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 30 g	
	Obiad		Zupa koperkowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masa serowa do makaronu + 100 g (<u>MLE,</u>) Mus truskawkowy b/c + 100 g (<u>MLE,</u>) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml		Zupa koperkowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masa serowa do makaronu b/c + 100 g (<u>MLE,</u>) Mus truskawkowy b/c + 100 g (<u>MLE,</u>) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masa serowa do makaronu + 100 g (<u>MLE,</u>) Mus truskawkowy b/c + 100 g (<u>MLE,</u>) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD				Pomarańcza 1 szt. 1 szt	
	Kolacja		Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Barszcz czerwony czysty + 250 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Miruna smażona 100g + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Śledź z cebulką w oleju 100 g (<u>RYB,</u>) Kapusta z grochem + 100 g Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</u>) Zimowy napar jabłkowy b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Barszcz czerwony czysty + 250 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Miruna na parze 80g + 80 g (<u>RYB,</u>) Paszтет rybny z warzywami (Mintaj)** 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>) Warzywa po grecku + 100 g (<u>SEL,</u>) Sałata zielona 20 g Zimowy napar jabłkowy b/c 300 ml Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Barszcz czerwony czysty + 250 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Miruna na parze 80g + 80 g (<u>RYB,</u>) Śledź z cebulką w oleju 100 g (<u>RYB,</u>) Warzywa po grecku + 100 g (<u>SEL,</u>) Zimowy napar jabłkowy b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Barszcz czerwony czysty + 250 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Miruna smażona 100g + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Paszтет rybny z warzywami (Mintaj)** 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>) Kapusta z grochem + 100 g Zimowy napar jabłkowy b/c 300 ml
	PN				Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Paszтет rybny z warzywami (Mintaj)** 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>)	
			Wartość energetyczna: 3129.17 kcal; Białko ogółem: 120.60 g; Tłuszcz: 113.07 g; Kw. tł. nasy.: 33.86 g; Węglowodany ogółem: 422.97 g; W tym cukry: 88.67 g; Błonnik pok.: 41.60 g; Sól: 14.32 g;	Wartość energetyczna: 2813.79 kcal; Białko ogółem: 132.30 g; Tłuszcz: 79.28 g; Kw. tł. nasy.: 31.49 g; Węglowodany ogółem: 402.37 g; W tym cukry: 87.46 g; Błonnik pok.: 33.14 g; Sól: 11.86 g;	Wartość energetyczna: 3052.77 kcal; Białko ogółem: 145.79 g; Tłuszcz: 109.54 g; Kw. tł. nasy.: 37.87 g; Węglowodany ogółem: 389.97 g; W tym cukry: 91.57 g; Błonnik pok.: 60.39 g; Sól: 14.86 g;	Wartość energetyczna: 2824.02 kcal; Białko ogółem: 124.86 g; Tłuszcz: 84.34 g; Kw. tł. nasy.: 29.96 g; Węglowodany ogółem: 406.83 g; W tym cukry: 86.04 g; Błonnik pok.: 42.29 g; Sól: 12.32 g;

eKAW- CH Podstawowa		eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska
2025-12-25 czwartek	Śniadanie		Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ćwikła z chrzanem 50 g (<u>MLE, S02.</u>) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Cukier 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Cukier 30 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ćwikła z jabłkiem 50 g	Mleko 200 ml (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ćwikła z chrzanem 50 g (<u>MLE, S02.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Wędlina roślinna produkt na bazie białka grochowego 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, GOR, SEZ.</u>) Ser wędzony 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Cukier 30 g Ćwikła z chrzanem 50 g (<u>MLE, S02.</u>)
	II ŚN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Twarożek z natką pietruszki + 50 g (<u>MLE</u>)	
	Obiad		Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Kotlet schabowy panierowany + 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Fasolka szparagowa zielona + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sernik 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u>) Mandarynka 1 szt	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Schab pieczony cały + 80 g Sos własny dieta + 80 g (<u>SOJ.</u>) Cukinia gotowana + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sernik 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u>) Mandarynka 1 szt	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Schab pieczony cały + 80 g Sos własny dieta + 80 g (<u>SOJ.</u>) Fasolka szparagowa zielona + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Ciasto drożdżowe b/c 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Gulasz z ciecierzycą, pieczarkami, papryką i cukinią + 200 g (<u>GLU PSZ, SEL, S02.</u>) Fasolka szparagowa zielona + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sernik 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u>) Mandarynka 1 szt
	PD				Mandarynka 1 szt	
	Kolacja		Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa z jajkiem + 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa dieta + 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa dieta + 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Sałatka jarzynowa z jajkiem + 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Twarożek z natką pietruszki + 70 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN				Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Ser wędzony 30 g (<u>MLE</u>)	
			Wartość energetyczna: 2260.76 kcal; Białko ogółem: 107.92 g; Tłuszcz: 64.19 g; Kw. tł. nasy.: 27.64 g; Węglowodany ogółem: 324.68 g; W tym cukry: 63.91 g; Błonnik pok.: 25.34 g; Sól: 11.69 g;	Wartość energetyczna: 2184.11 kcal; Białko ogółem: 105.60 g; Tłuszcz: 55.98 g; Kw. tł. nasy.: 26.67 g; Węglowodany ogółem: 321.38 g; W tym cukry: 66.82 g; Błonnik pok.: 21.52 g; Sól: 11.00 g;	Wartość energetyczna: 2541.64 kcal; Białko ogółem: 129.74 g; Tłuszcz: 71.64 g; Kw. tł. nasy.: 32.48 g; Węglowodany ogółem: 324.08 g; W tym cukry: 51.22 g; Błonnik pok.: 38.58 g; Sól: 12.56 g;	Wartość energetyczna: 2343.98 kcal; Białko ogółem: 87.30 g; Tłuszcz: 74.00 g; Kw. tł. nasy.: 25.97 g; Węglowodany ogółem: 337.71 g; W tym cukry: 71.97 g; Błonnik pok.: 33.78 g; Sól: 8.39 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-12-22 do dnia 2026-01-04 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska	
2025-12-26 piątek	Śniadanie		Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ,</u>) Ser mozzarella 50 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE,</u>) Cukier 30 g Pierniczki świąteczne 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Pomarańcza 1 szt. 1 szt	Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ,</u>) Ser mozzarella 50 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE,</u>) Cukier 30 g Ciasto drożdżowe b/c 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Pomarańcza 1 szt. 1 szt	Mleko 200 ml (<u>MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ,</u>) Ser mozzarella 50 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE,</u>) Ciasto drożdżowe b/c 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Pomarańcza 1 szt. 1 szt	Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Ser mozzarella 50 g (<u>MLE,</u>) Pasztet sojowy z pomidorami 70 g (<u>SOJ, GOR,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE,</u>) Cukier 30 g Pierniczki świąteczne 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Pomarańcza 1 szt. 1 szt		
	II ŚN						Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	
	Obiad		Zupa pomidorowa z makaronem + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g Sos koperkowy dieta + 80 g (<u>MLE,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet warzyw gotowanych + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa pomidorowa z makaronem + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g Sos koperkowy dieta + 80 g (<u>MLE,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet warzyw gotowanych + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa pomidorowa + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g Sos koperkowy dieta + 80 g (<u>MLE,</u>) Ogórek kiszony z cebulką + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa pomidorowa z makaronem + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Kotlet z jaj + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Tzatziki + 80 g (<u>MLE,</u>) Ogórek kiszony z cebulką + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml		
	PD						Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sałatka grecka + 100 g (<u>MLE,</u>)	
	Kolacja		Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta jajeczno-brokulowa + 70 g (<u>JAJ,</u>) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta jajeczno-brokulowa + 70 g (<u>JAJ,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta jajeczno-brokulowa + 70 g (<u>JAJ,</u>) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Falafel z ciecierzycy, pieczony + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		
PN						Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Falafel z ciecierzycy, pieczony + 50 g (<u>GLU PSZ,</u>)		
	Wartość energetyczna: 2818.31 kcal; Białko ogółem: 135.32 g; Tłuszcz: 89.16 g; Kw. tł. nasy.: 33.17 g; Węglowodany ogółem: 381.42 g; W tym cukry: 111.87 g; Błonnik pok.: 28.55 g; Sól: 14.22 g;		Wartość energetyczna: 2891.13 kcal; Białko ogółem: 138.66 g; Tłuszcz: 80.66 g; Kw. tł. nasy.: 32.04 g; Węglowodany ogółem: 386.09 g; W tym cukry: 112.79 g; Błonnik pok.: 28.03 g; Sól: 13.25 g;		Wartość energetyczna: 3051.96 kcal; Białko ogółem: 146.60 g; Tłuszcz: 111.39 g; Kw. tł. nasy.: 40.03 g; Węglowodany ogółem: 352.20 g; W tym cukry: 80.58 g; Błonnik pok.: 44.22 g; Sól: 16.11 g;		Wartość energetyczna: 3064.46 kcal; Białko ogółem: 101.92 g; Tłuszcz: 109.18 g; Kw. tł. nasy.: 30.07 g; Węglowodany ogółem: 427.25 g; W tym cukry: 123.89 g; Błonnik pok.: 35.89 g; Sól: 13.00 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-12-22 do dnia 2026-01-04 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska
2025-12-27 sobota	Śniadanie			Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU JĘCZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 120 g (może zawierać: MLE, SEL, GOR,) Ketchup 30 g (SEL,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU JĘCZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Serek homo. naturalny 70 g (MLE,) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Mleko 200 ml (MLE,) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Ser żółty 30 g (MLE,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU JĘCZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Ser żółty 30 g (MLE,) Tofu 70 g (SOJ,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g
	II ŚN					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Tofu 50 g (SOJ,)	
	Obiad			Zupa krem z selera + 400 g (SOJ, MLE, SEL,) Potrawka z kurczaka + 180 g (GLU PSZ, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ,) Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml		Zupa krem z selera + 400 g (SOJ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ,) Pulpet wieprzowy + 80 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy dieta + 80 g (MLE,) Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa krem z selera + 400 g (SOJ, MLE, SEL,) Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie + 300 g (MLE, SEL, GLU JĘCZ,) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,) Surówka z marchwi b/c + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD					Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE,)	
	Kolacja			Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02,) Twarożek + 70 g (MLE,) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02,) Twarożek + 70 g (MLE,) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02,) Twarożek + 70 g (MLE,) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Twarożek + 70 g (MLE,) Miód (25g) 1 szt Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Szynka drobiowa luksusowa z fileta-wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, S02,)	
				Wartość energetyczna: 2518.96 kcal; Białko ogółem: 93.46 g; Tłuszcz: 96.59 g; Kw. tł. nasy.: 39.84 g; Węglowodany ogółem: 334.88 g; W tym cukry: 81.61 g; Błonnik pok.: 35.23 g; Sól: 14.65 g;	Wartość energetyczna: 2246.10 kcal; Białko ogółem: 96.79 g; Tłuszcz: 68.66 g; Kw. tł. nasy.: 28.67 g; Węglowodany ogółem: 327.28 g; W tym cukry: 74.84 g; Błonnik pok.: 30.01 g; Sól: 11.63 g;	Wartość energetyczna: 2335.51 kcal; Białko ogółem: 99.10 g; Tłuszcz: 96.30 g; Kw. tł. nasy.: 42.82 g; Węglowodany ogółem: 286.09 g; W tym cukry: 40.41 g; Błonnik pok.: 42.02 g; Sól: 11.64 g;	Wartość energetyczna: 2521.15 kcal; Białko ogółem: 82.19 g; Tłuszcz: 92.52 g; Kw. tł. nasy.: 39.67 g; Węglowodany ogółem: 351.98 g; W tym cukry: 79.69 g; Błonnik pok.: 43.86 g; Sól: 11.25 g;

		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska
2025-12-28 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 50 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u>) Cukier 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Buraki gotowane + 50 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u>) Cukier 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki + 70 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 50 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u>) Cukier 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki + 70 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Buraki gotowane + 50 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u>) Cukier 30 g	Mleko 200 ml (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki + 70 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 50 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 70 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki + 70 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 50 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u>) Cukier 30 g
	II ŚN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt				Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
	Obiad	Zupa z soczewicą i warzywami + 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Miruna na parze 80g + 80 g (<u>RYB.</u>) Sos pomidorowy + 80 g Surówka Colesław + 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR, S02.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa ryżowa + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Miruna na parze 80g + 80 g (<u>RYB.</u>) Sos pomidorowy + 80 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa z soczewicą i warzywami + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Miruna na parze 80g + 80 g (<u>RYB.</u>) Sos pomidorowy + 80 g Surówka Colesław + 120 g (<u>JAJ, MLE, GOR, S02.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa ryżowa + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Miruna na parze 80g + 80 g (<u>RYB.</u>) Sos pomidorowy + 80 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Cukinia gotowana + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa z soczewicą i warzywami + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Miruna na parze 80g + 80 g (<u>RYB.</u>) Sos pomidorowy + 80 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka Colesław + 120 g (<u>JAJ, MLE, GOR, S02.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa z soczewicą i warzywami + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Gulasz warzywny z tofu (dieta) + 180 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka Colesław + 120 g (<u>JAJ, MLE, GOR, S02.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>)				Ciasto drożdżowe b/c 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem + 50 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Twarożek z koperkiem + 70 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem + 70 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem + 70 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (<u>MLE.</u>)	
		Wartość energetyczna: 2222.35 kcal; Białko ogółem: 96.33 g; Tłuszcz: 66.24 g; Kw. tł. nasy.: 26.44 g; Węglowodany ogółem: 317.27 g; W tym cukry: 78.42 g; Błonnik pok.: 23.28 g; Sól: 10.95 g;	Wartość energetyczna: 2135.85 kcal; Białko ogółem: 91.99 g; Tłuszcz: 59.10 g; Kw. tł. nasy.: 26.25 g; Węglowodany ogółem: 314.17 g; W tym cukry: 79.17 g; Błonnik pok.: 19.58 g; Sól: 10.97 g;	Wartość energetyczna: 2089.95 kcal; Białko ogółem: 99.63 g; Tłuszcz: 65.80 g; Kw. tł. nasy.: 26.33 g; Węglowodany ogółem: 283.29 g; W tym cukry: 64.86 g; Błonnik pok.: 24.56 g; Sól: 11.57 g;	Wartość energetyczna: 1975.23 kcal; Białko ogółem: 93.37 g; Tłuszcz: 57.30 g; Kw. tł. nasy.: 26.17 g; Węglowodany ogółem: 277.91 g; W tym cukry: 65.47 g; Błonnik pok.: 20.45 g; Sól: 11.56 g;	Wartość energetyczna: 2413.57 kcal; Białko ogółem: 120.31 g; Tłuszcz: 79.91 g; Kw. tł. nasy.: 33.75 g; Węglowodany ogółem: 286.70 g; W tym cukry: 48.65 g; Błonnik pok.: 33.15 g; Sól: 13.75 g;	Wartość energetyczna: 2188.02 kcal; Białko ogółem: 84.82 g; Tłuszcz: 75.72 g; Kw. tł. nasy.: 28.83 g; Węglowodany ogółem: 303.58 g; W tym cukry: 78.96 g; Błonnik pok.: 27.56 g; Sól: 9.95 g;

2025-12-29 poniedziałek							
	eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska	
Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka drobiowa luksusowa z fileta-wędlina dr. parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, SO2.</u>) Pasztet wieprzowy z warzywami dieta + 50 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka drobiowa luksusowa z fileta-wędlina dr. parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, SO2.</u>) Pasztet wieprzowy z warzywami dieta + 50 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka drobiowa luksusowa z fileta-wędlina dr. parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, SO2.</u>) Pasztet wieprzowy z warzywami dieta + 70 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka drobiowa luksusowa z fileta-wędlina dr. parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, SO2.</u>) Pasztet wieprzowy z warzywami dieta + 70 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Mleko 200 ml (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka drobiowa luksusowa z fileta-wędlina dr. parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, SO2.</u>) Pasztet wieprzowy z warzywami dieta + 70 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Salatka z makaronem pełnoziarnistym z fetą i warzywami + 100 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>MLE.</u>) Wędlina roślinna produkt na bazie białka grochowego 30 g (<u>może zawierać: GLUPSZ, SOJ, GOR, SEZ.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	
	II ŚN	Pomarańcza 1 szt. 1 szt	Jabłko pieczone 150 g			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadłej 30 g	
	Obiad	Żurek z ziemniakami + 300 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 180 g (<u>SEL.</u>) Fasolka szparagowa żółta + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 300 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u>) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 180 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew mini gotowana + 120 g	Żurek z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 180 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Fasolka szparagowa żółta + 120 g Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u>) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 180 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Marchew mini gotowana + 120 g Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u>) Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 80 g Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Fasolka szparagowa żółta + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u>) Pierogi z truskawkami * 300 g (<u>GLU PSZ.</u>) Dip jogurtowo-śmietankowy o smaku waniliowym dieta + 80 g (<u>MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)				Pomarańcza 1 szt. 1 szt	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ.</u>) Serek ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ.</u>) Serek ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Seler gotowany + 50 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ.</u>) Serek ziarnisty naturalny 70 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ.</u>) Serek ziarnisty naturalny 70 g (<u>MLE.</u>) Seler gotowany + 50 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek ziarnisty naturalny 70 g (<u>MLE.</u>) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>SOJ.</u>) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>) Serek ziarnisty naturalny 70 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	
PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g		
	Wartość energetyczna: 2569.98 kcal; Białko ogółem: 98.19 g; Tłuszcz: 93.84 g; Kw. tł. nasy.: 39.39 g; Węglowodany ogółem: 335.70 g; W tym cukry: 104.92 g; Błonnik pok.: 30.48 g; Sól: 10.34 g;	Wartość energetyczna: 2380.29 kcal; Białko ogółem: 87.82 g; Tłuszcz: 77.60 g; Kw. tł. nasy.: 33.88 g; Węglowodany ogółem: 339.83 g; W tym cukry: 98.94 g; Błonnik pok.: 28.24 g; Sól: 10.20 g;	Wartość energetyczna: 2591.70 kcal; Białko ogółem: 106.27 g; Tłuszcz: 104.55 g; Kw. tł. nasy.: 42.60 g; Węglowodany ogółem: 307.34 g; W tym cukry: 66.42 g; Błonnik pok.: 27.05 g; Sól: 11.63 g;	Wartość energetyczna: 2380.90 kcal; Białko ogółem: 94.46 g; Tłuszcz: 82.91 g; Kw. tł. nasy.: 35.27 g; Węglowodany ogółem: 321.09 g; W tym cukry: 67.65 g; Błonnik pok.: 27.03 g; Sól: 11.20 g;	Wartość energetyczna: 2218.06 kcal; Białko ogółem: 105.29 g; Tłuszcz: 76.05 g; Kw. tł. nasy.: 34.10 g; Węglowodany ogółem: 288.01 g; W tym cukry: 52.31 g; Błonnik pok.: 44.62 g; Sól: 12.03 g;	Wartość energetyczna: 2746.43 kcal; Białko ogółem: 82.39 g; Tłuszcz: 86.49 g; Kw. tł. nasy.: 37.14 g; Węglowodany ogółem: 417.02 g; W tym cukry: 121.70 g; Błonnik pok.: 34.22 g; Sól: 9.42 g;	

		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska
2025-12-30 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 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>) Twarożek + 50 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 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>) Twarożek + 50 g (<u>MLE,</u>) Marchew talarki gotowane + 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Makaron na mleku 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 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>) Twarożek + 70 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Makaron na mleku 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 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>) Twarożek + 70 g (<u>MLE,</u>) Marchew talarki gotowane + 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Mleko 200 ml (<u>MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 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>) Twarożek + 70 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Makaron na mleku 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek z kolorową papryką + 70 g (<u>MLE,</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g
	II ŚN	Banan 1szt. 1 szt				Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>)	
	Obiad	Zupa wielowarzywna z zacierką + 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 150 g Roladka wieprzowa z warzywami pieczona + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Sos własny + 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Salatka szwedzka + 100 g (<u>GOR,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wielowarzywna z zacierką + 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Roladka wieprzowa z warzywami pieczona + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Sos własny + 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Ziemniaki gotowane 160 g Brokuł gotowany + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wielowarzywna z zacierką + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Roladka wieprzowa z warzywami pieczona + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Sos własny + 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Salatka szwedzka + 120 g (<u>GOR,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wielowarzywna z zacierką + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Roladka wieprzowa z warzywami pieczona + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Sos własny + 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Brokuł gotowany + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wielowarzywna z zacierką + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Roladka wieprzowa z warzywami pieczona + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Sos własny + 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Salatka szwedzka + 120 g (<u>GOR,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wielowarzywna z zacierką + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Fasolka po bretońsku wegetariańska + 350 g (<u>SOJ,</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Salatka szwedzka + 120 g (<u>GOR,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Serek homogenizowany o smaku waniliowym 140g 1 szt (<u>MLE,</u>)				Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pasta z makreli wędzonej + 50 g (<u>JAJ, RYB, GOR,</u>) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pasta z mintaja gotowanego z warzywami + 50 g (<u>RYB, SEL,</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pasta z makreli wędzonej + 70 g (<u>JAJ, RYB, GOR,</u>) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z mintaja gotowanego z warzywami + 70 g (<u>RYB, SEL,</u>) Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z makreli wędzonej + 70 g (<u>JAJ, RYB, GOR,</u>) Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z makreli wędzonej + 70 g (<u>JAJ, RYB, GOR,</u>) Hummus + 70 g (<u>SOJ,</u>) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ,</u>)	
		Wartość energetyczna: 2461.60 kcal; Białko ogółem: 88.14 g; Tłuszcz: 82.94 g; Kw. tł. nasy.: 33.99 g; Węglowodany ogółem: 347.88 g; W tym cukry: 116.60 g; Błonnik pok.: 25.05 g; Sól: 11.90 g;	Wartość energetyczna: 2364.91 kcal; Białko ogółem: 92.64 g; Tłuszcz: 66.92 g; Kw. tł. nasy.: 31.48 g; Węglowodany ogółem: 355.98 g; W tym cukry: 116.39 g; Błonnik pok.: 26.53 g; Sól: 9.73 g;	Wartość energetyczna: 2377.93 kcal; Białko ogółem: 91.34 g; Tłuszcz: 88.87 g; Kw. tł. nasy.: 33.96 g; Węglowodany ogółem: 309.48 g; W tym cukry: 68.95 g; Błonnik pok.: 23.99 g; Sól: 13.44 g;	Wartość energetyczna: 2225.33 kcal; Białko ogółem: 96.33 g; Tłuszcz: 67.40 g; Kw. tł. nasy.: 30.52 g; Węglowodany ogółem: 315.56 g; W tym cukry: 68.41 g; Błonnik pok.: 25.89 g; Sól: 10.81 g;	Wartość energetyczna: 2465.02 kcal; Białko ogółem: 109.69 g; Tłuszcz: 111.49 g; Kw. tł. nasy.: 45.82 g; Węglowodany ogółem: 271.76 g; W tym cukry: 34.92 g; Błonnik pok.: 33.43 g; Sól: 15.01 g;	Wartość energetyczna: 2675.34 kcal; Białko ogółem: 95.64 g; Tłuszcz: 86.24 g; Kw. tł. nasy.: 29.35 g; Węglowodany ogółem: 395.16 g; W tym cukry: 74.34 g; Błonnik pok.: 39.90 g; Sól: 13.18 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-12-22 do dnia 2026-01-04 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska
2025-12-31 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Indyk z pasieki produkt dr. grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej mielony 30 g Jajko gotowane kl M. 1 szt (JAJ) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Indyk z pasieki produkt dr. grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej mielony 30 g Jajko gotowane kl M. 1 szt (JAJ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Indyk z pasieki produkt dr. grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej mielony 30 g Jajko gotowane kl M. 1 szt (JAJ) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Indyk z pasieki produkt dr. grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej mielony 30 g Jajko gotowane kl M. 1 szt (JAJ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Mleko 200 ml (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Indyk z pasieki produkt dr. grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej mielony 30 g Jajko gotowane kl M. 1 szt (JAJ) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M. 1 szt (JAJ) Tofu 70 g (SOJ) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g
	II ŚN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt				Chleb żytni razowy 50 g (GLU ŻYT) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ)	
	Obiad	Zupa grochowa z ziemniakami + 300 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR) Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 90 g (GLU PSZ, JAJ) Sos brokułowy- dieta + 80 g (MLE) Ryż na sypko 160 g Surówka wielowarzynna z olejem b/c + 120 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 300 g (MLE, SEL) Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 90 g (GLU PSZ, JAJ) Sos brokułowy- dieta + 80 g (MLE) Ryż na sypko 160 g Marchew mini gotowana + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa grochowa z ziemniakami + 400 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR) Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 90 g (GLU PSZ, JAJ) Ryż na sypko 180 g Sos brokułowy- dieta + 80 g (MLE) Surówka wielowarzynna z olejem b/c + 120 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 400 g (MLE, SEL) Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 90 g (GLU PSZ, JAJ) Sos brokułowy- dieta + 80 g (MLE) Ryż na sypko 180 g Marchew mini gotowana + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 400 g (MLE, SEL) Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 90 g (GLU PSZ, JAJ) Sos brokułowy- dieta + 80 g (MLE) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka wielowarzynna z olejem b/c + 120 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 400 g (MLE, SEL) Burger z buraka z serem mozzarella + 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR) Ryż na sypko 180 g Surówka wielowarzynna z olejem b/c + 120 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Strucla z jabłkiem prażonym 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE)				Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g Ser mozzarella 50 g (MLE) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g Ser mozzarella 50 g (MLE) Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g Pasta z twarogu z natką pietruszki + 70 g (MLE) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g Pasta z twarogu z natką pietruszki + 70 g (MLE) Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g Pasta z twarogu z natką pietruszki + 70 g (MLE) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z fasoli konserwowej i natki pietruszki 70 g Pasta z twarogu z natką pietruszki + 70 g (MLE) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Schab gotowany + 50 g	
		Wartość energetyczna: 2468.01 kcal; Białko ogółem: 95.12 g; Tłuszcz: 84.83 g; Kw. tł. nasy.: 28.00 g; Węglowodany ogółem: 344.25 g; W tym cukry: 73.10 g; Błonnik pok.: 25.32 g; Sól: 11.59 g;	Wartość energetyczna: 2338.19 kcal; Białko ogółem: 87.91 g; Tłuszcz: 74.48 g; Kw. tł. nasy.: 26.29 g; Węglowodany ogółem: 339.64 g; W tym cukry: 71.90 g; Błonnik pok.: 20.33 g; Sól: 10.26 g;	Wartość energetyczna: 2379.38 kcal; Białko ogółem: 98.35 g; Tłuszcz: 78.35 g; Kw. tł. nasy.: 31.13 g; Węglowodany ogółem: 332.82 g; W tym cukry: 65.34 g; Błonnik pok.: 27.26 g; Sól: 12.80 g;	Wartość energetyczna: 2232.93 kcal; Białko ogółem: 89.11 g; Tłuszcz: 66.73 g; Kw. tł. nasy.: 29.01 g; Węglowodany ogółem: 328.90 g; W tym cukry: 65.66 g; Błonnik pok.: 22.43 g; Sól: 11.35 g;	Wartość energetyczna: 2302.44 kcal; Białko ogółem: 113.54 g; Tłuszcz: 84.22 g; Kw. tł. nasy.: 34.74 g; Węglowodany ogółem: 287.37 g; W tym cukry: 34.49 g; Błonnik pok.: 39.23 g; Sól: 13.00 g;	Wartość energetyczna: 2482.63 kcal; Białko ogółem: 86.72 g; Tłuszcz: 84.92 g; Kw. tł. nasy.: 30.85 g; Węglowodany ogółem: 350.45 g; W tym cukry: 70.52 g; Błonnik pok.: 27.49 g; Sól: 10.05 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-12-22 do dnia 2026-01-04 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska
2026-01-01 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (SOJ,) Salatka jarzynowa z jajkiem dieta + 100 g (JAJ, MLE, SEL,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (SOJ,) Salatka jarzynowa z jajkiem dieta + 100 g (JAJ, MLE, SEL,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Salatka jarzynowa z jajkiem dieta + 100 g (JAJ, MLE, SEL,) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (SOJ,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (SOJ,) Salatka jarzynowa z jajkiem dieta + 100 g (JAJ, MLE, SEL,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Mleko 200 ml (MLE,) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Salatka jarzynowa z jajkiem dieta + 100 g (JAJ, MLE, SEL,) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (SOJ,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Ser żółty 30 g (MLE,) Salatka jarzynowa z jajkiem dieta + 100 g (JAJ, MLE, SEL,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g
	II ŚN	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE,)				Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej + 300 g (GLU PSZ, SOJ, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ,) Schab gotowany + 80 g (SOJ, MLE,) Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, selera i papryki b/c + 100 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ,) Schab gotowany + 80 g (SOJ, MLE,) Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej + 400 g (GLU PSZ, SOJ, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ,) Schab gotowany + 80 g (SOJ, MLE,) Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, selera i papryki b/c + 120 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ,) Schab gotowany + 80 g (SOJ, MLE,) Sos pietruszkowy + 80 g (SOJ, MLE,) Cukinia gotowana + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL,) Kasza gryczana 180 g Schab gotowany + 80 g Sos pietruszkowy + 80 g (SOJ, MLE,) Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, selera i papryki b/c + 120 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL,) Naleśniki z pieczarkami + 300 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: SOJ, SEL, GOR,) Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, selera i papryki b/c + 120 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Bułka maślana 1 szt 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,)				Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pierś delikatna z kurnej półki produkt dr. z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Ser żółty 30 g (MLE,) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pierś delikatna z kurnej półki produkt dr. z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Serek ziarnisty naturalny 50 g (MLE,) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pierś delikatna z kurnej półki produkt dr. z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Ser żółty 30 g (MLE,) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pierś delikatna z kurnej półki produkt dr. z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Serek ziarnisty naturalny 70 g (MLE,) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Ser żółty 30 g (MLE,) Pierś delikatna z kurnej półki produkt dr. z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta z fasoli z suszonymi pomidorami i słonecznikiem + 70 g Serek ziarnisty naturalny 70 g (MLE,) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	
		Wartość energetyczna: 2534.76 kcal; Białko ogółem: 105.01 g; Tłuszcz: 77.81 g; Kw. tł. nasy.: 37.13 g; Węglowodany ogółem: 366.20 g; W tym cukry: 69.12 g; Błonnik pok.: 28.57 g; Sól: 12.44 g;	Wartość energetyczna: 2451.20 kcal; Białko ogółem: 104.54 g; Tłuszcz: 68.16 g; Kw. tł. nasy.: 33.21 g; Węglowodany ogółem: 366.38 g; W tym cukry: 68.51 g; Błonnik pok.: 25.90 g; Sól: 11.46 g;	Wartość energetyczna: 2234.48 kcal; Białko ogółem: 94.22 g; Tłuszcz: 71.97 g; Kw. tł. nasy.: 34.05 g; Węglowodany ogółem: 314.88 g; W tym cukry: 66.79 g; Błonnik pok.: 28.70 g; Sól: 12.39 g;	Wartość energetyczna: 2165.66 kcal; Białko ogółem: 96.20 g; Tłuszcz: 62.83 g; Kw. tł. nasy.: 30.97 g; Węglowodany ogółem: 315.44 g; W tym cukry: 66.42 g; Błonnik pok.: 26.32 g; Sól: 11.37 g;	Wartość energetyczna: 2139.83 kcal; Białko ogółem: 104.33 g; Tłuszcz: 82.83 g; Kw. tł. nasy.: 36.75 g; Węglowodany ogółem: 263.09 g; W tym cukry: 36.07 g; Błonnik pok.: 39.53 g; Sól: 14.23 g;	Wartość energetyczna: 2469.10 kcal; Białko ogółem: 102.22 g; Tłuszcz: 93.38 g; Kw. tł. nasy.: 36.10 g; Węglowodany ogółem: 322.36 g; W tym cukry: 70.79 g; Błonnik pok.: 30.76 g; Sól: 13.10 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-12-22 do dnia 2026-01-04 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska
2026-01-02 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ,</u>) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 50 g (<u>MLE,</u>) Pomarańcza 1 szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ,</u>) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 50 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ,</u>) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 70 g (<u>MLE,</u>) Pomarańcza 1 szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ,</u>) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 70 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Mleko 200 ml (<u>MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek + 70 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ,</u>) Pomarańcza 1 szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 70 g (<u>MLE,</u>) Dżem 30 g Pomarańcza 1 szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g
	II ŚN	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)				Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g	
	Obiad	Zupa brokułowa z makaronem + 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Kotlet z miruny 80g + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ,</u>) Surówka z kapusty białej i czerwonej + 100 g (<u>JAJ, GOR,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa brokułowa z makaronem + 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Pulpet z miruny + 2 [Por] x 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ,</u>) Sos koperkowy dieta + 80 g (<u>MLE,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Marchew gotowana + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa brokułowa z makaronem + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Kotlet z miruny 80g + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ,</u>) Surówka z kapusty białej i czerwonej + 120 g (<u>JAJ, GOR,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa brokułowa z makaronem + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Pulpet z miruny + 2 [Por] x 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ,</u>) Sos koperkowy dieta + 80 g (<u>MLE,</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Marchew gotowana + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa brokułowa z makaronem + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Pulpet z miruny + 2 [Por] x 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ,</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Sos koperkowy dieta + 80 g (<u>MLE,</u>) Surówka z kapusty białej i czerwonej + 120 g (<u>JAJ, GOR,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa brokułowa z makaronem + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Burger warzywny z zielonego groszku + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,</u>) Sos chrzanowy + 80 g (<u>MLE, SOJ,</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty białej i czerwonej + 120 g (<u>JAJ, GOR,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,</u>)				Wafle ryżowe 30 g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M. 1 szt (<u>JAJ,</u>) Mięsiwo z zalewy- wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M. 1 szt (<u>JAJ,</u>) Mięsiwo z zalewy- wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g Buraki gotowane súpki + 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M. 1 szt (<u>JAJ,</u>) Mięsiwo z zalewy- wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M. 1 szt (<u>JAJ,</u>) Mięsiwo z zalewy- wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g Buraki gotowane súpki + 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M. 1 szt (<u>JAJ,</u>) Mięsiwo z zalewy- wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M. 1 szt (<u>JAJ,</u>) Paszтет sojowy z pomidorami 70 g (<u>SOJ, GOR,</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Paszтет sojowy z pomidorami 50 g (<u>SOJ, GOR,</u>)	
		Wartość energetyczna: 2271.90 kcal; Białko ogółem: 93.90 g; Tłuszcz: 64.30 g; Kw. tł. nasy.: 28.42 g; Węglowodany ogółem: 352.10 g; W tym cukry: 113.96 g; Błonnik pok.: 26.19 g; Sól: 10.47 g;	Wartość energetyczna: 2225.04 kcal; Białko ogółem: 95.44 g; Tłuszcz: 59.30 g; Kw. tł. nasy.: 29.31 g; Węglowodany ogółem: 348.24 g; W tym cukry: 109.70 g; Błonnik pok.: 22.93 g; Sól: 11.12 g;	Wartość energetyczna: 2251.50 kcal; Białko ogółem: 92.62 g; Tłuszcz: 63.75 g; Kw. tł. nasy.: 27.65 g; Węglowodany ogółem: 339.24 g; W tym cukry: 90.58 g; Błonnik pok.: 27.92 g; Sól: 11.26 g;	Wartość energetyczna: 2195.96 kcal; Białko ogółem: 93.95 g; Tłuszcz: 57.89 g; Kw. tł. nasy.: 28.48 g; Węglowodany ogółem: 335.38 g; W tym cukry: 86.32 g; Błonnik pok.: 24.79 g; Sól: 11.90 g;	Wartość energetyczna: 2322.81 kcal; Białko ogółem: 102.84 g; Tłuszcz: 78.16 g; Kw. tł. nasy.: 31.33 g; Węglowodany ogółem: 316.53 g; W tym cukry: 53.93 g; Błonnik pok.: 35.38 g; Sól: 13.25 g;	Wartość energetyczna: 2478.73 kcal; Białko ogółem: 79.48 g; Tłuszcz: 78.01 g; Kw. tł. nasy.: 29.36 g; Węglowodany ogółem: 378.58 g; W tym cukry: 105.83 g; Błonnik pok.: 36.67 g; Sól: 10.43 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-12-22 do dnia 2026-01-04 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska
2026-01-03 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 60 g (może zawierać: MLE, SEL, GOR,) Ketchup 30 g (SEL,) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasztet z cukinii i warzyw + 50 g (GLU PSZ, JAJ,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 120 g (może zawierać: MLE, SEL, GOR,) Ketchup 30 g (SEL,) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasztet z cukinii i warzyw + 70 g (GLU PSZ, JAJ,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Mleko 200 ml (MLE,) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Ser żółty 30 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasztet z cukinii i warzyw + 70 g (GLU PSZ, JAJ,) Hummus paprykowy + 70 g (SEZ,) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g
	II śN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt				Chleb żytni razowy 50 g (GLU ŻYT,) Pasztet z cukinii i warzyw + 50 g (GLU PSZ, JAJ,)	
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL,) Kasza gryczana 160 g Gulasz wieprzowy (dieta) + 150 g Ogórek kiszony z cebulką + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL,) Gulasz wieprzowy (dieta) + 150 g Kasza jęczmienna/sypko 160 g (GLU JECZ,) Surówka z selera i jabłka b/c + 100 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL,) Fasolka po bretońsku + 300 g (SEL, GOR,) Bułka pszenna kajzerka 50g 2 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Ogórek kiszony z cebulką + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL,) Gulasz wieprzowy (dieta) + 150 g Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ,) Surówka z selera i jabłka b/c + 120 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL,) Gulasz wieprzowy (dieta) + 150 g Kasza gryczana 180 g Surówka z selera i jabłka b/c + 120 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane 180 g Wegetariańskie stripsy a'la kurczak + 80 g (GLU PSZ, SOJ,) Dip jogurtowy naturalny + 80 g (MLE,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Surówka z selera i jabłka b/c + 120 g (SEL,)
	PD	Pomarańcza 150 g				Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE,)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 50 g (MLE, GOR, S02,) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor b/skórki 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 70 g (MLE, GOR, S02,) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Pasta z twarogu z koperkiem + 70 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor b/skórki 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Pasta z twarogu z koperkiem + 70 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Miód (25g) 1 szt Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 70 g (MLE, GOR, S02,) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 50 g
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Hummus paprykowy + 50 g (SEZ,)	
		Wartość energetyczna: 2372.46 kcal; Białko ogółem: 87.55 g; Tłuszcz: 82.36 g; Kw. tł. nasy.: 32.86 g; Węglowodany ogółem: 328.00 g; W tym cukry: 96.99 g; Błonnik pok.: 29.32 g; Sól: 14.15 g;	Wartość energetyczna: 2234.83 kcal; Białko ogółem: 82.59 g; Tłuszcz: 65.29 g; Kw. tł. nasy.: 27.79 g; Węglowodany ogółem: 341.43 g; W tym cukry: 98.53 g; Błonnik pok.: 28.42 g; Sól: 10.99 g;	Wartość energetyczna: 2953.82 kcal; Białko ogółem: 100.52 g; Tłuszcz: 115.24 g; Kw. tł. nasy.: 43.97 g; Węglowodany ogółem: 390.64 g; W tym cukry: 77.98 g; Błonnik pok.: 39.92 g; Sól: 18.63 g;	Wartość energetyczna: 2313.37 kcal; Białko ogółem: 90.53 g; Tłuszcz: 72.12 g; Kw. tł. nasy.: 29.78 g; Węglowodany ogółem: 338.05 g; W tym cukry: 78.23 g; Błonnik pok.: 29.64 g; Sól: 12.39 g;	Wartość energetyczna: 2381.36 kcal; Białko ogółem: 105.73 g; Tłuszcz: 91.15 g; Kw. tł. nasy.: 39.78 g; Węglowodany ogółem: 302.75 g; W tym cukry: 44.56 g; Błonnik pok.: 42.44 g; Sól: 12.71 g;	Wartość energetyczna: 2422.92 kcal; Białko ogółem: 79.39 g; Tłuszcz: 71.88 g; Kw. tł. nasy.: 27.12 g; Węglowodany ogółem: 380.80 g; W tym cukry: 83.16 g; Błonnik pok.: 40.60 g; Sól: 11.44 g;

		eKAW- CH Podstawowa	eKAW- CH Łatwo strawna	eKAW- STO Podstawowa	eKAW- STO Łatwo strawna	eKAW- STO Cukrzycowa	eKAW- STO Wegetariańska
2026-01-04 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Serek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 50 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE</u>) Cukier 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Serek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE</u>) Cukier 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Serek śmietankowy naturalny 70 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 50 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE</u>) Cukier 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Serek śmietankowy naturalny 70 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE</u>) Cukier 30 g	Mleko 200 ml (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Serek śmietankowy naturalny 70 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 50 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek śmietankowy naturalny 70 g (<u>MLE</u>) Wędlina roślinna produkt na bazie białka grochowego 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, GOR, SEZ.</u>) Papryka świeża 50 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE</u>) Cukier 30 g
	II SN	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Hummus + 50 g (<u>SOJ</u>)	
	Obiad	Zupa dyniowa z ziemniakami + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Sos cygański + 80 g Klopsik z kurczaka + 80 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Kapusta zasmażana + 100 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Klopsik z kurczaka + 80 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Kapusta zasmażana + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Klopsik z kurczaka + 80 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) Sos cygański + 80 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Kapusta zasmażana + 120 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Klopsik z kurczaka + 80 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Kalafor gotowany + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Klopsik z kurczaka + 80 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z białej kapusty z marchwią + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Kotlet z batatów i białej fasoli + 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ, SOJ, SEZ, GLU OW.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Surówka z białej kapusty z marchwią + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>)				Ciasto drożdżowe b/c 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Buraki tarte na ciepło + 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 70 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Buraki tarte na ciepło + 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 70 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 70 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Buraki tarte na ciepło + 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Hummus + 70 g (<u>SOJ</u>) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 70 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Buraki tarte na ciepło + 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE</u>)	
		Wartość energetyczna: 2254.14 kcal; Białko ogółem: 77.25 g; Tłuszcz: 80.81 g; Kw. tł. nasy.: 35.58 g; Węglowodany ogółem: 317.45 g; W tym cukry: 79.42 g; Błonnik pok.: 27.15 g; Sól: 10.66 g;	Wartość energetyczna: 2198.41 kcal; Białko ogółem: 77.81 g; Tłuszcz: 77.46 g; Kw. tł. nasy.: 35.40 g; Węglowodany ogółem: 309.06 g; W tym cukry: 73.05 g; Błonnik pok.: 24.11 g; Sól: 10.41 g;	Wartość energetyczna: 2120.35 kcal; Białko ogółem: 76.44 g; Tłuszcz: 83.04 g; Kw. tł. nasy.: 38.39 g; Węglowodany ogółem: 279.68 g; W tym cukry: 68.16 g; Błonnik pok.: 25.18 g; Sól: 11.36 g;	Wartość energetyczna: 2057.52 kcal; Białko ogółem: 77.20 g; Tłuszcz: 79.06 g; Kw. tł. nasy.: 38.11 g; Węglowodany ogółem: 270.79 g; W tym cukry: 61.73 g; Błonnik pok.: 22.24 g; Sól: 11.12 g;	Wartość energetyczna: 2609.70 kcal; Białko ogółem: 100.52 g; Tłuszcz: 98.33 g; Kw. tł. nasy.: 43.40 g; Węglowodany ogółem: 319.37 g; W tym cukry: 48.80 g; Błonnik pok.: 36.38 g; Sól: 10.70 g;	Wartość energetyczna: 2370.77 kcal; Białko ogółem: 62.54 g; Tłuszcz: 97.45 g; Kw. tł. nasy.: 37.34 g; Węglowodany ogółem: 322.00 g; W tym cukry: 71.23 g; Błonnik pok.: 34.74 g; Sól: 9.79 g;

Oznaczenia wskaźników odż.:

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