

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-12 do dnia 2025-05-25 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

|                         |           | KAW- CH Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | KAW- CH Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | KAW- STO Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | KAW- STO Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | KAW- STO Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-------------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-05-12 poniedziałek | Śniadanie | Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Miód (25g) 1 szt<br>Ogórek kiszony 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Miód (25g) 1 szt<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Miód (25g) 1 szt<br>Ogórek kiszony 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Miód (25g) 1 szt<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Mleko 200 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Serek śmietankowy naturalny 70 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ogórek kiszony 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml |
|                         | II ŚN     | Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                         |
|                         | Obiad     | Fasolowa z ziemniakami * 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Naleśniki z serem 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Mus z jabłek prażonych 150 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Dyniowa z ziemniakami* 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Makaron 160 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Mus z jabłek prażonych 150 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                                    | Fasolowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Naleśniki z serem 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Mus z jabłek prażonych 150 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Mus z jabłek prażonych 150 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                    | Fasolowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Klopsik drobiowy z udźca 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane 180 g<br>Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 120 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                 |
|                         | PD        | Chrupki kukurydziane 20 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|                         | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Papryka świeża 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                                                         | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                                        | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Papryka świeża 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                                                         | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                                        | Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Papryka świeża 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                                     |
|                         | PN        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> )                                                                                                                                                                                                                                        |
|                         |           | Wartość energetyczna: 2675.80 kcal; Białko ogółem: 95.53 g; Tłuszcz: 65.81 g; Kw. tł. nasy.: 27.90 g; Węglowodany ogółem: 441.22 g; W tym cukry: 141.78 g; Błonnik pok.: 26.32 g; Sól: 7.67 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Wartość energetyczna: 2241.09 kcal; Białko ogółem: 79.68 g; Tłuszcz: 49.59 g; Kw. tł. nasy.: 25.53 g; Węglowodany ogółem: 380.58 g; W tym cukry: 120.59 g; Błonnik pok.: 18.47 g; Sól: 6.76 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Wartość energetyczna: 2656.13 kcal; Białko ogółem: 98.93 g; Tłuszcz: 68.59 g; Kw. tł. nasy.: 29.00 g; Węglowodany ogółem: 428.70 g; W tym cukry: 127.08 g; Błonnik pok.: 27.87 g; Sól: 8.02 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Wartość energetyczna: 2208.87 kcal; Białko ogółem: 82.05 g; Tłuszcz: 51.71 g; Kw. tł. nasy.: 26.56 g; Węglowodany ogółem: 367.28 g; W tym cukry: 104.62 g; Błonnik pok.: 18.20 g; Sól: 7.11 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Wartość energetyczna: 2280.94 kcal; Białko ogółem: 94.18 g; Tłuszcz: 88.26 g; Kw. tł. nasy.: 39.25 g; Węglowodany ogółem: 299.58 g; W tym cukry: 28.04 g; Błonnik pok.: 43.60 g; Sól: 10.31 g;                                                                                                                                                                                                                            |

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-12 do dnia 2025-05-25 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

|                   |           | KAW- CH Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | KAW- CH Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | KAW- STO Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | KAW- STO Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | KAW- STO Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-05-13 wtorek | Śniadanie | Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 50 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Twarożek 50 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 70 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Twarożek z koperkiem 70 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Mleko 200 ml ( <u>MLE,</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 70 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml |
|                   | II ŚN     | Jabłko 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> )                                                                                                                                                                                                                            |
|                   | Obiad     | Ogórkowa z ziemniakami * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Bitka z szynki wieprzowej duszona 80 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Sos meksykański 80 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Ryż na sypko 160 g<br>Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                          | Brokułowa z ziemniakami* 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Bitka z szynki wieprzowej duszona 80 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Ryż na sypko 160 g<br>Buraczki gotowane 150 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                         | Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Bitka z szynki wieprzowej duszona 80 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Sos meksykański 80 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Ryż na sypko 180 g<br>Surówka z kapusty białej z olejem b/c 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                 | Brokułowa z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Bitka z szynki wieprzowej duszona 80 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Ryż na sypko 180 g<br>Buraczki gotowane 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                     | Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Bitka z szynki wieprzowej duszona 80 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Ryż na sypko (brązowy) 180 g<br>Surówka z kapusty białej z olejem b/c 120 g<br>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 PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Pasta z groszku zielonego b/ml 50 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Pasta z groszku zielonego b/ml 70 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Pasta z groszku zielonego b/ml 70 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                    |
|                   | PN        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> )<br>Hummus z ciecierzycy 50 g                                                                                                                                                                                                                                                        |
|                   |           | Wartość energetyczna: 2379.41 kcal; Białko ogółem: 93.18 g; Tłuszcz: 67.28 g; Kw. tł. nasy.: 27.85 g; Węglowodany ogółem: 361.66 g; W tym cukry: 99.21 g; Błonnik pok.: 25.32 g; Sól: 7.98 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Wartość energetyczna: 2390.82 kcal; Białko ogółem: 94.76 g; Tłuszcz: 63.99 g; Kw. tł. nasy.: 27.62 g; Węglowodany ogółem: 369.36 g; W tym cukry: 104.28 g; Błonnik pok.: 22.51 g; Sól: 7.39 g;                                                                                                                                                                                                                                                                | Wartość energetyczna: 2328.37 kcal; Białko ogółem: 96.74 g; Tłuszcz: 68.23 g; Kw. tł. nasy.: 27.16 g; Węglowodany ogółem: 341.65 g; W tym cukry: 66.82 g; Błonnik pok.: 22.23 g; Sól: 8.23 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Wartość energetyczna: 2300.53 kcal; Białko ogółem: 96.77 g; Tłuszcz: 64.40 g; Kw. tł. nasy.: 26.90 g; Węglowodany ogółem: 343.08 g; W tym cukry: 69.00 g; Błonnik pok.: 21.06 g; Sól: 7.56 g;                                                                                                                                                                                                                                                                             | Wartość energetyczna: 2349.45 kcal; Białko ogółem: 101.41 g; Tłuszcz: 82.70 g; Kw. tł. nasy.: 32.11 g; Węglowodany ogółem: 314.87 g; W tym cukry: 49.58 g; Błonnik pok.: 41.30 g; Sól: 8.68 g;                                                                                                                                                                                            |

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-12 do dnia 2025-05-25 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

|                  |           | KAW- CH Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | KAW- CH Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | KAW- STO Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | KAW- STO Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | KAW- STO Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-05-14 środa | Śniadanie | Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ,<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,<br>Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków miesa 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ,<br>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ</u> ,<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ,<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ,<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,<br>Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków miesa 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ,<br>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ</u> ,<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> ,<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ,<br>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ</u> ,<br>Rzodkiewka 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> ,<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ,<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ,<br>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ</u> ,<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Mleko 200 ml ( <u>MLE</u> ,<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ,<br>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ</u> ,<br>Rzodkiewka 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml |
|                  | II ŚN     | Galaretką jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g ( <u>MLE</u> ,)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,<br>Ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ,)                                                                                                                                                                                                                                        |
|                  | Obiad     | Pieczarkowa z makaronem * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,)<br>Pulpet drobiowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ,)<br>Sos pietruszkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ,)<br>Ziemniaki gotowane 160 g<br>Fasolka szparagowa z wody* 100 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                                             | Jarzynowa z makaronem* 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,)<br>Pulpet drobiowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ,)<br>Sos pietruszkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ,)<br>Ziemniaki gotowane 160 g<br>Fasolka szparagowa z wody* 100 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                                            | Pieczarkowa z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,)<br>Pulpet drobiowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ,)<br>Sos pietruszkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ,)<br>Ziemniaki gotowane 180 g<br>Fasolka szparagowa z wody* 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                               | Jarzynowa z makaronem* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,)<br>Pulpet drobiowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ,)<br>Sos pietruszkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ,)<br>Ziemniaki gotowane 180 g<br>Fasolka szparagowa z wody* 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                           | Pieczarkowa z makaronem pełnoziarnistym * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,)<br>Pulpet drobiowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ,)<br>Sos pietruszkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ,)<br>Ziemniaki gotowane 180 g<br>Fasolka szparagowa z wody* 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                          |
|                  | PD        | Koktajl bananowy 250 ml ( <u>MLE</u> ,)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Sok pomidorowy 0,3l 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|                  | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ,<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,<br>Paprykarz szczeciński 50 g ( <u>RYB, SOJ</u> ,<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g<br>Ogórek kiszony 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                                                                                                           | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ,<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> ,<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                                                                                                            | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ,<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,<br>Paprykarz szczeciński 70 g ( <u>RYB, SOJ</u> ,<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> ,<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ,<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> ,<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                           | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,<br>Paprykarz szczeciński 70 g ( <u>RYB, SOJ</u> ,<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g<br>Ogórek kiszony 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                    |
|                  | PN        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ,<br>Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <u>SOJ</u> ,)                                                                                                  |
|                  |           | Wartość energetyczna: 2257.89 kcal; Białko ogółem: 87.52 g; Tłuszcz: 63.34 g; Kw. tł. nasy.: 28.04 g; Węglowodany ogółem: 343.17 g; W tym cukry: 80.55 g; Błonnik pok.: 21.00 g; Sól: 9.32 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Wartość energetyczna: 2229.79 kcal; Białko ogółem: 89.83 g; Tłuszcz: 58.48 g; Kw. tł. nasy.: 27.58 g; Węglowodany ogółem: 343.66 g; W tym cukry: 80.86 g; Błonnik pok.: 18.04 g; Sól: 7.93 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Wartość energetyczna: 2094.20 kcal; Białko ogółem: 83.02 g; Tłuszcz: 65.70 g; Kw. tł. nasy.: 27.01 g; Węglowodany ogółem: 303.35 g; W tym cukry: 56.66 g; Błonnik pok.: 23.12 g; Sól: 8.84 g;                                                                                                                                                                                                                                              | Wartość energetyczna: 2025.77 kcal; Białko ogółem: 82.82 g; Tłuszcz: 58.38 g; Kw. tł. nasy.: 26.36 g; Węglowodany ogółem: 301.11 g; W tym cukry: 57.10 g; Błonnik pok.: 18.64 g; Sól: 7.24 g;                                                                                                                                                                                                                                       | Wartość energetyczna: 2078.47 kcal; Białko ogółem: 91.64 g; Tłuszcz: 79.41 g; Kw. tł. nasy.: 34.52 g; Węglowodany ogółem: 266.83 g; W tym cukry: 23.50 g; Błonnik pok.: 36.16 g; Sól: 12.24 g;                                                                                                                                        |

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-12 do dnia 2025-05-25 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

|                     |           | KAW- CH Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | KAW- CH Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | KAW- STO Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | KAW- STO Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | KAW- STO Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|---------------------|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-05-15 czwartek | Śniadanie | Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z twarogu i ketchupu 50 g ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser topiony 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z twarogu i ketchupu 70 g ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Mleko 200 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek homo. naturalny 70 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml            |
|                     | II ŚN     | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )                                                                                                                   |
|                     | Obiad     | Barszcz biały z ziemniakami * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u> )<br>Kasztotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> )<br>Sos pomidorowy 80 ml ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g ( <u>GOR.</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                     | Ziemniaczana * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Kasztotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> )<br>Sos pomidorowy 80 ml ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Cukinia grillowana z ziołami* 100 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                          | Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u> )<br>Fasolka po bretońsku 300 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Sałatka szwedzka z olejem b/c 120 g ( <u>GOR.</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                     | Ziemniaczana * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Kasztotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> )<br>Sos pomidorowy 80 ml ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Cukinia grillowana z ziołami* 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                          | Ziemniaczana * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Kasztotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> )<br>Sos pomidorowy 80 ml ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sałatka szwedzka z olejem b/c 120 g ( <u>GOR.</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                          |
|                     | PD        | Mandarynka 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Mandarynka 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|                     | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Pasta warzywna* 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Pasta warzywna* 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml |
|                     | PN        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twaróg półtłusty 50 g ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                    |
|                     |           | Wartość energetyczna: 2338.50 kcal; Białko ogółem: 92.52 g; Tłuszcz: 82.97 g; Kw. tł. nasy.: 37.92 g; Węglowodany ogółem: 322.06 g; W tym cukry: 74.07 g; Błonnik pok.: 31.17 g; Sól: 9.52 g;                                                                                                                                                                                                                                        | Wartość energetyczna: 2222.81 kcal; Białko ogółem: 85.89 g; Tłuszcz: 69.21 g; Kw. tł. nasy.: 28.28 g; Węglowodany ogółem: 326.92 g; W tym cukry: 77.64 g; Błonnik pok.: 28.50 g; Sól: 7.76 g;                                                                                                                                                                                                                                                     | Wartość energetyczna: 2348.81 kcal; Białko ogółem: 83.79 g; Tłuszcz: 82.24 g; Kw. tł. nasy.: 35.87 g; Węglowodany ogółem: 334.06 g; W tym cukry: 65.31 g; Błonnik pok.: 33.76 g; Sól: 11.67 g;                                                                                                                                                                                                                                         | Wartość energetyczna: 2213.42 kcal; Białko ogółem: 86.18 g; Tłuszcz: 69.32 g; Kw. tł. nasy.: 27.24 g; Węglowodany ogółem: 322.82 g; W tym cukry: 70.32 g; Błonnik pok.: 27.47 g; Sól: 8.06 g;                                                                                                                                                                                                                                                     | Wartość energetyczna: 2128.45 kcal; Białko ogółem: 96.76 g; Tłuszcz: 73.01 g; Kw. tł. nasy.: 28.55 g; Węglowodany ogółem: 292.77 g; W tym cukry: 46.58 g; Błonnik pok.: 43.01 g; Sól: 9.31 g;                                                                                                                                                     |

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-12 do dnia 2025-05-25 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

|                   |           | KAW- CH Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | KAW- CH Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | KAW- STO Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | KAW- STO Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | KAW- STO Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-05-16 piątek | Śniadanie | Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Papryka świeża 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Kasza manna na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Jabłko 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Kasza manna na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Jabłko 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Mleko 200 ml ( <u>MLE,</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Papryka świeża 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml |
|                   | II ŚN     | Jabłko 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|                   | Obiad     | Szpinakowa z zacierką * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Ryba smażona (Miruna) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> )<br>Ziemniaki gotowane 160 g<br>Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                        | Szpinakowa z zacierką * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Ryba pieczona (Miruna) 80 g ( <u>RYB,</u> )<br>Sos cytrynowy 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Ziemniaki gotowane 160 g<br>Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL,</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                              | Szpinakowa z zacierką * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Ryba smażona (Miruna) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> )<br>Ziemniaki gotowane 180 g<br>Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                   | Szpinakowa z zacierką * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Ryba pieczona (Miruna) 80 g ( <u>RYB,</u> )<br>Sos cytrynowy 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Ziemniaki gotowane 180 g<br>Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 120 g ( <u>SEL,</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                | Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Ryba pieczona (Miruna) 80 g ( <u>RYB,</u> )<br>Sos cytrynowy 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Ziemniaki gotowane 180 g<br>Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                           |
|                   | PD        | Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE,</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml ( <u>MLE,</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|                   | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Twaróg półtłusty 50 g ( <u>MLE,</u> )<br>Dżem 30 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                                                                     | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Dżem 30 g<br>Twaróg półtłusty 50 g ( <u>MLE,</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                                                     | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Dżem 30 g<br>Twaróg półtłusty 70 g ( <u>MLE,</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Paszтет sojowy z pomidorami 50 g ( <u>SOJ, GOR,</u> )<br>Twaróg półtłusty 70 g ( <u>MLE,</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                         |
|                   | PN        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> )<br>Ser żółty 30 g ( <u>MLE,</u> )                                                                                                                                                                                         |
|                   |           | Wartość energetyczna: 2318.76 kcal; Białko ogółem: 89.46 g; Tłuszcz: 67.07 g; Kw. tł. nasy.: 27.65 g; Węglowodany ogółem: 349.04 g; W tym cukry: 108.29 g; Błonnik pok.: 24.35 g; Sól: 6.83 g;                                                                                                                                                                                                                                          | Wartość energetyczna: 2200.55 kcal; Białko ogółem: 84.64 g; Tłuszcz: 60.98 g; Kw. tł. nasy.: 26.87 g; Węglowodany ogółem: 337.18 g; W tym cukry: 106.44 g; Błonnik pok.: 20.80 g; Sól: 6.82 g;                                                                                                                                                                                                                          | Wartość energetyczna: 2206.08 kcal; Białko ogółem: 91.77 g; Tłuszcz: 60.03 g; Kw. tł. nasy.: 23.17 g; Węglowodany ogółem: 335.36 g; W tym cukry: 87.44 g; Błonnik pok.: 24.60 g; Sól: 6.94 g;                                                                                                                                                                                                                                      | Wartość energetyczna: 2102.12 kcal; Białko ogółem: 87.14 g; Tłuszcz: 54.76 g; Kw. tł. nasy.: 22.46 g; Węglowodany ogółem: 325.35 g; W tym cukry: 86.93 g; Błonnik pok.: 21.81 g; Sól: 6.95 g;                                                                                                                                                                                                                             | Wartość energetyczna: 2204.66 kcal; Białko ogółem: 100.72 g; Tłuszcz: 86.03 g; Kw. tł. nasy.: 36.10 g; Węglowodany ogółem: 272.15 g; W tym cukry: 47.71 g; Błonnik pok.: 32.99 g; Sól: 7.84 g;                                                                                                                                  |

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-12 do dnia 2025-05-25 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

|                   |           | KAW- CH Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | KAW- CH Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | KAW- STO Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | KAW- STO Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | KAW- STO Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-05-17 sobota | Śniadanie | Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Ketchup 30 g ( <u>SEL.</u> )<br>Ogórek świeży 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 120 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Ketchup 30 g ( <u>SEL.</u> )<br>Ogórek świeży 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g<br>Miód (25g) 1 szt<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g                                                                         | Mleko 200 ml ( <u>MLE</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> )<br>Ogórek świeży 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml |
|                   | II ŚN     | Banan 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Twarożek z ziołami 50 g ( <u>MLE</u> )                                                                                                                                                                                                          |
|                   | Obiad     | Koperkowa z ryżem * 300 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL.</u> )<br>Gulasz wieprzowy 150 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Ziemniaki gotowane 160 g<br>Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Koperkowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL.</u> )<br>Bigos z białej kapusty 300 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SEL.</u> , <u>GÖR.</u> )<br>Ziemniaki gotowane 180 g<br>Banan 150 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                                                           | Koperkowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL.</u> )<br>Gulasz wieprzowy 150 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Ziemniaki gotowane 180 g<br>Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Koperkowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL.</u> )<br>Schab gotowany 80 g<br>Sos ziołowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane 180 g<br>Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                              |
|                   | PD        | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|                   | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Paszтет z soczewicy * 50 g ( <u>JAJ.</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                                                                                                           | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Miód (25g) 1 szt<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                           | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Paszтет z soczewicy * 70 g ( <u>JAJ.</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                               | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 30 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ.</u> , <u>MLE</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Paszтет z soczewicy * 70 g ( <u>JAJ.</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml            |
|                   | PN        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ.</u> )                                                                                                                 |
|                   |           | Wartość energetyczna: 2459.32 kcal; Białko ogółem: 92.94 g; Tłuszcz: 83.11 g; Kw. tł. nasy.: 34.83 g; Węglowodany ogółem: 344.82 g; W tym cukry: 88.97 g; Błonnik pok.: 27.91 g; Sól: 9.86 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Wartość energetyczna: 2199.91 kcal; Białko ogółem: 86.00 g; Tłuszcz: 60.10 g; Kw. tł. nasy.: 28.37 g; Węglowodany ogółem: 339.62 g; W tym cukry: 82.78 g; Błonnik pok.: 21.63 g; Sól: 8.45 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Wartość energetyczna: 2740.14 kcal; Białko ogółem: 85.55 g; Tłuszcz: 106.89 g; Kw. tł. nasy.: 41.56 g; Węglowodany ogółem: 371.42 g; W tym cukry: 100.56 g; Błonnik pok.: 32.31 g; Sól: 12.44 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Wartość energetyczna: 2102.97 kcal; Białko ogółem: 83.11 g; Tłuszcz: 59.45 g; Kw. tł. nasy.: 27.17 g; Węglowodany ogółem: 319.24 g; W tym cukry: 59.65 g; Błonnik pok.: 21.31 g; Sól: 8.78 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Wartość energetyczna: 2228.27 kcal; Białko ogółem: 108.45 g; Tłuszcz: 80.75 g; Kw. tł. nasy.: 37.89 g; Węglowodany ogółem: 286.55 g; W tym cukry: 29.47 g; Błonnik pok.: 37.69 g; Sól: 8.98 g;                                                                                                                           |

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-12 do dnia 2025-05-25 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

|                      |           | KAW- CH Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | KAW- CH Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | KAW- STO Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | KAW- STO Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | KAW- STO Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|----------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-05-18 niedziela | Śniadanie | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Połędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g ( <u>SOJ, MLE.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Kakao z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Cukier 30 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Połędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g ( <u>SOJ, MLE.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Kakao z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Cukier 30 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Połędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g ( <u>SOJ, MLE.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Kakao z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Cukier 30 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Połędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g ( <u>SOJ, MLE.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Kakao z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Cukier 30 g | Mleko 200 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenno 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Połędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g ( <u>SOJ, MLE.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Kakao z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE.</u> ) |
|                      | II ŚN     | Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|                      | Obiad     | Rosół z makaronem * 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g<br>Ziemniaki gotowane 160 g<br>Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                          | Rosół z makaronem * 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g<br>Sos koperkowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Ziemniaki gotowane 160 g<br>Brokuł gotowany* 100 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                         | Rosół z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g<br>Ziemniaki gotowane 180 g<br>Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                          | Rosół z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g<br>Sos koperkowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Ziemniaki gotowane 180 g<br>Brokuł gotowany* 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                         | Rosół z makaronem pełnoziarnistym * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g<br>Sos koperkowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Ziemniaki gotowane 180 g<br>Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120 g<br>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> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser żółty 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                             | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z twarogu waniliowa 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Ser żółty 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml       | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Ser żółty 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                             | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z twarogu waniliowa 70 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                         | Chleb razowy żytnio-pszenno 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser żółty 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                          |
|                      | PN        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )                                                                                                                                                                       |
|                      |           | Wartość energetyczna: 2400.19 kcal; Białko ogółem: 111.55 g; Tłuszcz: 89.46 g; Kw. tł. nasy.: 40.33 g; Węglowodany ogółem: 298.81 g; W tym cukry: 72.64 g; Błonnik pok.: 20.10 g; Sól: 8.95 g;                                                                                                                                                                                                                               | Wartość energetyczna: 2369.29 kcal; Białko ogółem: 114.59 g; Tłuszcz: 80.16 g; Kw. tł. nasy.: 35.44 g; Węglowodany ogółem: 306.89 g; W tym cukry: 75.76 g; Błonnik pok.: 17.57 g; Sól: 8.58 g;                                                                                                                                                                                                                           | Wartość energetyczna: 2132.03 kcal; Białko ogółem: 101.12 g; Tłuszcz: 80.45 g; Kw. tł. nasy.: 36.94 g; Węglowodany ogółem: 259.97 g; W tym cukry: 50.81 g; Błonnik pok.: 19.83 g; Sól: 8.57 g;                                                                                                                                                                                                                               | Wartość energetyczna: 2121.33 kcal; Białko ogółem: 107.52 g; Tłuszcz: 71.38 g; Kw. tł. nasy.: 32.50 g; Węglowodany ogółem: 269.15 g; W tym cukry: 55.09 g; Błonnik pok.: 17.29 g; Sól: 8.24 g;                                                                                                                                                                                                                           | Wartość energetyczna: 2461.05 kcal; Białko ogółem: 121.14 g; Tłuszcz: 96.45 g; Kw. tł. nasy.: 43.66 g; Węglowodany ogółem: 260.81 g; W tym cukry: 33.10 g; Błonnik pok.: 28.38 g; Sól: 9.48 g;                                                                                                                                                                               |



Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-12 do dnia 2025-05-25 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

|                         |                                                                                                                                                                                                | KAW- CH Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | KAW- CH Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | KAW- STO Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | KAW- STO Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | KAW- STO Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-05-19 poniedziałek | Śniadanie                                                                                                                                                                                      | Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Serek śmietankowy naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Serek śmietankowy naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Serek śmietankowy naturalny 70 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Serek śmietankowy naturalny 70 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Mleko 200 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Serek śmietankowy naturalny 70 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml |
|                         | II ŚN                                                                                                                                                                                          | Mandarynka 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g                                                                                                                                                                                                                                                     |
|                         | Obiad                                                                                                                                                                                          | Kapuśniak z kapusty białej * 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u> )<br>Pierogi z truskawkami * 300 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Wielowarzywna z ziemniakami * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Pierogi z truskawkami * 300 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                                                               | Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u> )<br>Pierogi z truskawkami * 300 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Pierogi z truskawkami * 300 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                                                               | Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u> )<br>Pulpet mięsno-warzywny* (wieprzowy) 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> )<br>Sos pietruszkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Ryż na sypko (brązowy) 180 g<br>Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 120 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                      |
|                         | PD                                                                                                                                                                                             | Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Jabłko 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|                         | Kolacja                                                                                                                                                                                        | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Buraczki z jabłkiem b/c 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Buraczki z jabłkiem b/c 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml   |
| PN                      |                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <u>SOJ.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|                         | Wartość energetyczna: 2560.39 kcal; Białko ogółem: 73.77 g; Tłuszcz: 74.99 g; Kw. tł. nasy.: 33.68 g; Węglowodany ogółem: 402.46 g; W tym cukry: 124.01 g; Błonnik pok.: 26.96 g; Sól: 6.60 g; | Wartość energetyczna: 2514.35 kcal; Białko ogółem: 73.57 g; Tłuszcz: 68.79 g; Kw. tł. nasy.: 32.25 g; Węglowodany ogółem: 403.37 g; W tym cukry: 121.54 g; Błonnik pok.: 23.39 g; Sól: 6.25 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Wartość energetyczna: 2519.61 kcal; Białko ogółem: 79.27 g; Tłuszcz: 83.93 g; Kw. tł. nasy.: 38.24 g; Węglowodany ogółem: 365.97 g; W tym cukry: 86.10 g; Błonnik pok.: 25.82 g; Sól: 7.02 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Wartość energetyczna: 2451.96 kcal; Białko ogółem: 78.65 g; Tłuszcz: 75.69 g; Kw. tł. nasy.: 36.34 g; Węglowodany ogółem: 366.32 g; W tym cukry: 82.85 g; Błonnik pok.: 21.93 g; Sól: 6.57 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Wartość energetyczna: 2325.60 kcal; Białko ogółem: 85.82 g; Tłuszcz: 93.49 g; Kw. tł. nasy.: 41.13 g; Węglowodany ogółem: 303.29 g; W tym cukry: 49.05 g; Błonnik pok.: 45.95 g; Sól: 9.38 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |



Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-12 do dnia 2025-05-25 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

|                   |           | KAW- CH Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | KAW- CH Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | KAW- STO Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | KAW- STO Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | KAW- STO Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-05-20 wtorek | Śniadanie | Makaron na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Makaron na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Makaron na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Makaron na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Dżem 30 g<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Mleko 200 ml ( <u>MLE,</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml |
|                   | II ŚN     | Banan 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Pasztet sojowy z pomidorami 50 g ( <u>SOJ, GOR,</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|                   | Obiad     | Grochowa z ziemniakami * 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> )<br>Sos chrzanowy 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SO2,</u> )<br>Kasza gryczana 150 g<br>Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem b/c 100 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Solferino * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> )<br>Sos ziołowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 160 g ( <u>GLU JECZ,</u> )<br>Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                                                      | Grochowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> )<br>Sos ziołowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JECZ,</u> )<br>Kasza gryczana 180 g<br>Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem b/c 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                             | Solferino * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> )<br>Sos ziołowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JECZ,</u> )<br>Szpinak gotowany z olejem* 120 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                         | Grochowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> )<br>Sos chrzanowy 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SO2,</u> )<br>Kasza gryczana 180 g<br>Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem b/c 120 g<br>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> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Ser mozzarella kulki 50 g ( <u>MLE,</u> )<br>Ogórek kiszony 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                        | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Ser mozzarella kulki 70 g ( <u>MLE,</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                               | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Szprot w sosie pomidorowym 70 g ( <u>RYB, SEL,</u> )<br>Ogórek kiszony 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                             | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Ser mozzarella kulki 70 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                  | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szprot w sosie pomidorowym 70 g ( <u>RYB, SEL,</u> )<br>Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Ogórek kiszony 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                                                                                                 |
|                   | PN        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> )<br>Twarożek z ziołami 50 g ( <u>MLE,</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|                   |           | Wartość energetyczna: 2478.55 kcal; Białko ogółem: 99.26 g; Tłuszcz: 72.30 g; Kw. tł. nasy.: 34.33 g; Węglowodany ogółem: 371.83 g; W tym cukry: 99.47 g; Błonnik pok.: 29.26 g; Sól: 9.27 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Wartość energetyczna: 2393.75 kcal; Białko ogółem: 96.59 g; Tłuszcz: 67.16 g; Kw. tł. nasy.: 36.16 g; Węglowodany ogółem: 361.47 g; W tym cukry: 99.65 g; Błonnik pok.: 22.14 g; Sól: 8.58 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Wartość energetyczna: 2382.69 kcal; Białko ogółem: 99.17 g; Tłuszcz: 69.89 g; Kw. tł. nasy.: 29.13 g; Węglowodany ogółem: 353.82 g; W tym cukry: 58.54 g; Błonnik pok.: 30.48 g; Sól: 8.77 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Wartość energetyczna: 2289.84 kcal; Białko ogółem: 89.89 g; Tłuszcz: 65.55 g; Kw. tł. nasy.: 34.35 g; Węglowodany ogółem: 345.17 g; W tym cukry: 70.55 g; Błonnik pok.: 21.81 g; Sól: 8.48 g;                                                                                                                                                                                                                                            | Wartość energetyczna: 2440.14 kcal; Białko ogółem: 109.51 g; Tłuszcz: 88.60 g; Kw. tł. nasy.: 32.33 g; Węglowodany ogółem: 319.91 g; W tym cukry: 26.25 g; Błonnik pok.: 41.32 g; Sól: 9.57 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                             |

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-12 do dnia 2025-05-25 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

|                  |           | KAW- CH Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | KAW- CH Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | KAW- STO Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | KAW- STO Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | KAW- STO Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-05-21 środa | Śniadanie | Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ,)<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,)<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,)<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ,)<br>Pasztet drobiowy z kurnej półki 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> ,)<br>Papryka świeża 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ,)<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,)<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ</u> ,)<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ,)<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Ryż na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> ,)<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,)<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,)<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ,)<br>Pasztet drobiowy z kurnej półki 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> ,)<br>Papryka świeża 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Ryż na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> ,)<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,)<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ</u> ,)<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ,)<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Mleko 200 ml ( <u>MLE</u> ,)<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,)<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ,)<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Papryka świeża 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml |
|                  | II ŚN     | Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,)<br>Połudwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u> ,)                                                                                                                                                     |
|                  | Obiad     | Grysikowa z ziemniakami* 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ,)<br>Filet z kurczaka gotowany 80 g<br>Sos brokułowy 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,)<br>Ziemniaki gotowane 160 g<br>Sałata zielona z kefirem 60 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                               | Grysikowa z ziemniakami* 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ,)<br>Filet z kurczaka gotowany 80 g<br>Sos brokułowy 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,)<br>Ziemniaki gotowane 160 g<br>Dynia z wody 100 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                  | Grysikowa z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ,)<br>Filet z kurczaka gotowany 80 g<br>Ziemniaki gotowane 180 g<br>Sos brokułowy 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,)<br>Sałata zielona z kefirem 60 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                               | Grysikowa z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ,)<br>Filet z kurczaka gotowany 80 g<br>Sos brokułowy 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,)<br>Ziemniaki gotowane 180 g<br>Dynia z wody 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                  | Grysikowa z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ,)<br>Filet z kurczaka gotowany 80 g<br>Sos brokułowy 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,)<br>Ziemniaki gotowane 180 g<br>Sałata zielona z kefirem 60 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                |
|                  | PD        | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ,)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ,)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|                  | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,)<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ</u> ,)<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ</u> ,)<br>Jabłko 1 szt 1szt<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,)<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ</u> ,)<br>Jabłko 1 szt 1szt<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml         |
| PN               |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,)<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Schab gotowany 30 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|                  |           | Wartość energetyczna: 2157.96 kcal; Białko ogółem: 91.94 g; Tłuszcz: 56.57 g; Kw. tł. nasy.: 26.43 g; Węglowodany ogółem: 328.83 g; W tym cukry: 87.09 g; Błonnik pok.: 22.09 g; Sól: 7.52 g;                                                                                                                                                                                                                                                                       | Wartość energetyczna: 2119.07 kcal; Białko ogółem: 90.58 g; Tłuszcz: 50.62 g; Kw. tł. nasy.: 26.23 g; Węglowodany ogółem: 331.18 g; W tym cukry: 88.60 g; Błonnik pok.: 20.39 g; Sól: 7.68 g;                                                                                                                                                                                                                               | Wartość energetyczna: 2108.65 kcal; Białko ogółem: 89.55 g; Tłuszcz: 54.70 g; Kw. tł. nasy.: 24.91 g; Węglowodany ogółem: 325.08 g; W tym cukry: 71.58 g; Błonnik pok.: 23.29 g; Sól: 7.63 g;                                                                                                                                                                                                                                                                       | Wartość energetyczna: 2075.74 kcal; Białko ogółem: 88.48 g; Tłuszcz: 48.77 g; Kw. tł. nasy.: 24.73 g; Węglowodany ogółem: 328.42 g; W tym cukry: 73.99 g; Błonnik pok.: 22.06 g; Sól: 7.86 g;                                                                                                                                                                                                                               | Wartość energetyczna: 2025.71 kcal; Białko ogółem: 103.72 g; Tłuszcz: 58.50 g; Kw. tł. nasy.: 29.72 g; Węglowodany ogółem: 286.57 g; W tym cukry: 37.65 g; Błonnik pok.: 32.73 g; Sól: 8.49 g;                                                                                                                                                       |

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-12 do dnia 2025-05-25 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

|                     |           | KAW- CH Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | KAW- CH Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | KAW- STO Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | KAW- STO Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | KAW- STO Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|---------------------|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-05-22 czwartek | Śniadanie | Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ,<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU</u><br><u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> ,<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ,<br><u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> ,<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Szynka z piersi kurczaka-produkt<br>drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w<br>osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać:</u><br><u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ,)<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ,<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU</u><br><u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> ,<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ,<br><u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> ,<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Szynka z piersi kurczaka-produkt<br>drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w<br>osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać:</u><br><u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ,)<br>Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> ,<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU</u><br><u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> ,<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ,<br><u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> ,<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Szynka z piersi kurczaka-produkt<br>drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w<br>osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać:</u><br><u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ,)<br>Twarożek 70 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> ,<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU</u><br><u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> ,<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ,<br><u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> ,<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Szynka z piersi kurczaka-produkt<br>drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w<br>osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać:</u><br><u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ,)<br>Twarożek 70 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Mleko 200 ml ( <u>MLE</u> ,)<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU</u><br><u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> ,<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Szynka z piersi kurczaka-produkt<br>drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w<br>osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać:</u><br><u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ,)<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml |
|                     | II ŚN     | Jabłko 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Jabłko 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|                     | Obiad     | Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami (*)<br>300 ml ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,)<br>Makaron 180 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ,<br>Zrazik wieprzowy gotowany mielony 80 g<br>( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> ,<br>Sos jarzynowy * 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ,)<br>Makaron 180 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ,<br>Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g<br>( <u>SEL</u> ,<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                       | Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami (*)<br>300 ml ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,)<br>Zrazik wieprzowy gotowany mielony 80 g<br>( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> ,<br>Sos jarzynowy * 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ,)<br>Makaron 180 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ,<br>Brokuł gotowany* 100 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                       | Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami (*)<br>400 ml ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,)<br>Zrazik wieprzowy gotowany mielony 80 g<br>( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> ,<br>Sos jarzynowy * 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ,)<br>Makaron 180 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ,<br>Surówka wielowarzywna z olejem b/c 120 g<br>( <u>SEL</u> ,<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                     | Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami (*)<br>400 ml ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,)<br>Zrazik wieprzowy gotowany mielony 80 g<br>( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> ,<br>Sos jarzynowy * 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ,)<br>Makaron 180 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ,<br>Brokuł gotowany* 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                                                         | Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami (*)<br>400 ml ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,)<br>Łopatką wieprzową pieczoną 80 g<br>Sos jarzynowy * 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ,)<br>Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ,<br>Surówka wielowarzywna z olejem b/c 120 g<br>( <u>SEL</u> ,<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                       |
|                     | PD        | Galaretką o smaku brzoskwiowym 200 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ,)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|                     | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU</u><br><u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> ,<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ,<br><u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> ,<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Pasztet z ciecierzycy konserwowej* 50 g ( <u>GLU</u><br><u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> ,<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z<br>dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ</u> ,<br>Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo<br>rozdrobiona 30 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                  | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU</u><br><u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> ,<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ,<br><u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> ,<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z<br>dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ</u> ,<br>Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo<br>rozdrobiona 30 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                                                                                      | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU</u><br><u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> ,<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ,<br><u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> ,<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z<br>dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ</u> ,<br>Pasztet z ciecierzycy konserwowej* 70 g ( <u>GLU</u><br><u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> ,<br>Ogórek kiszony 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                                                                                                   | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU</u><br><u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> ,<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ,<br><u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> ,<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z<br>dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ</u> ,<br>Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo<br>rozdrobiona 30 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                        | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU</u><br><u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> ,<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Pasztet z ciecierzycy konserwowej* 70 g ( <u>GLU</u><br><u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> ,<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z<br>dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ</u> ,<br>Ogórek kiszony 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                              |
|                     | PN        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU</u><br><u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> ,<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z<br>dodat.wody w osł.niejad 30 g                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|                     |           | Wartość energetyczna: 2433.04 kcal; Białko<br>ogółem: 91.01 g; Tłuszcz: 72.97 g; Kw. tł. nasy.:<br>31.12 g; Węglowodany ogółem: 363.60 g; W<br>tym cukry: 96.91 g; Błonnik pok.: 24.94 g; Sól:<br>8.55 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Wartość energetyczna: 2249.76 kcal; Białko<br>ogółem: 93.95 g; Tłuszcz: 54.70 g; Kw. tł. nasy.:<br>25.67 g; Węglowodany ogółem: 355.02 g; W<br>tym cukry: 96.67 g; Błonnik pok.: 21.71 g; Sól:<br>7.41 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Wartość energetyczna: 2417.44 kcal; Białko<br>ogółem: 93.58 g; Tłuszcz: 78.92 g; Kw. tł. nasy.:<br>32.48 g; Węglowodany ogółem: 343.53 g; W<br>tym cukry: 60.83 g; Błonnik pok.: 24.33 g; Sól:<br>8.99 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Wartość energetyczna: 2192.72 kcal; Białko<br>ogółem: 98.02 g; Tłuszcz: 57.21 g; Kw. tł. nasy.:<br>27.20 g; Węglowodany ogółem: 331.23 g; W<br>tym cukry: 60.68 g; Błonnik pok.: 20.83 g; Sól:<br>7.77 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Wartość energetyczna: 2258.80 kcal; Białko<br>ogółem: 102.32 g; Tłuszcz: 84.90 g; Kw. tł.<br>nasy.: 34.88 g; Węglowodany ogółem: 284.07<br>g; W tym cukry: 42.38 g; Błonnik pok.: 38.23 g;<br>Sól: 9.54 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                    |

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-12 do dnia 2025-05-25 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

|                   |           | KAW- CH Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | KAW- CH Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | KAW- STO Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | KAW- STO Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | KAW- STO Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------------|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-05-23 piątek | Śniadanie | Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> )<br>Dżem 30 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> )<br>Dżem 30 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Serek homo. naturalny 70 g ( <u>MLE,</u> )<br>Dżem 30 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Serek homo. naturalny 70 g ( <u>MLE,</u> )<br>Dżem 30 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Mleko 200 ml( <u>MLE,</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Serek homo. naturalny 70 g ( <u>MLE,</u> )<br>Połędwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g ( <u>SOJ, MLE,</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml |
|                   | II ŚN     | Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> )                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|                   | Obiad     | Kalafiorowa z ryżem * 300 ml ( <u>MLE, SEL,</u> )<br>Ryba smażona (Miruna) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> )<br>Ziemniaki gotowane 160 g<br>Surówka żydowska z olejem b/c 100 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                               | Ryżowa* 300 ml ( <u>MLE, SEL,</u> )<br>Ryba pieczona (Miruna) 80 g ( <u>RYB,</u> )<br>Sos majerankowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Ziemniaki gotowane 160 g<br>Warzywa po grecku* 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                         | Kalafiorowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> )<br>Ryba smażona (Miruna) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> )<br>Ziemniaki gotowane 180 g<br>Surówka żydowska z olejem b/c 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                            | Ryżowa* 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> )<br>Ryba pieczona (Miruna) 80 g ( <u>RYB,</u> )<br>Sos majerankowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Ziemniaki gotowane 180 g<br>Warzywa po grecku* 120 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                      | Kalafiorowa z ryżem brązowym * 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> )<br>Ryba pieczona (Miruna) 80 g ( <u>RYB,</u> )<br>Ziemniaki gotowane 180 g<br>Sos majerankowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Surówka żydowska z olejem b/c 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                      |
|                   | PD        | Wafelki 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u> )<br>Pomarańcza 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Wafelki 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u> )<br>Pomarańcza 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Pomarańcza 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|                   | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Jajko gotowane kl M. 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Jajko gotowane kl M. 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| PN                |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> )                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|                   |           | Wartość energetyczna: 2508.00 kcal; Białko ogółem: 92.31 g; Tłuszcz: 84.90 g; Kw. tł. nasy.: 37.34 g; Węglowodany ogółem: 355.64 g; W tym cukry: 98.10 g; Błonnik pok.: 22.42 g; Sól: 8.35 g;                                                                                                                                                                                                                            | Wartość energetyczna: 2262.60 kcal; Białko ogółem: 86.46 g; Tłuszcz: 64.08 g; Kw. tł. nasy.: 32.08 g; Węglowodany ogółem: 347.02 g; W tym cukry: 102.92 g; Błonnik pok.: 20.24 g; Sól: 6.96 g;                                                                                                                                                                                                                           | Wartość energetyczna: 2173.62 kcal; Białko ogółem: 86.35 g; Tłuszcz: 66.56 g; Kw. tł. nasy.: 25.07 g; Węglowodany ogółem: 314.80 g; W tym cukry: 67.31 g; Błonnik pok.: 20.38 g; Sól: 7.41 g;                                                                                                                                                                         | Wartość energetyczna: 2059.24 kcal; Białko ogółem: 83.50 g; Tłuszcz: 52.28 g; Kw. tł. nasy.: 23.88 g; Węglowodany ogółem: 321.23 g; W tym cukry: 73.05 g; Błonnik pok.: 18.37 g; Sól: 6.09 g;                                                                                                                                                                         | Wartość energetyczna: 1916.28 kcal; Białko ogółem: 94.45 g; Tłuszcz: 60.43 g; Kw. tł. nasy.: 26.80 g; Węglowodany ogółem: 262.13 g; W tym cukry: 34.17 g; Błonnik pok.: 28.85 g; Sól: 9.03 g;                                                                                                                                                  |

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-12 do dnia 2025-05-25 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

|                   |           | KAW- CH Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | KAW- CH Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | KAW- STO Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | KAW- STO Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | KAW- STO Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-------------------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-05-24 sobota | Śniadanie | Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Ser żółty 30 g ( <u>MLE,</u> )<br>Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Ketchup 30 g ( <u>SEL,</u> )<br>Papryka świeża 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Miód (25g) 1 szt<br>Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 120 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Ketchup 30 g ( <u>SEL,</u> )<br>Papryka świeża 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Miód (25g) 1 szt<br>Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Mleko 200 ml ( <u>MLE,</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Ser żółty 30 g ( <u>MLE,</u> )<br>Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Papryka świeża 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                |
|                   | II ŚN     | Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Twaróg półtłusty 50 g ( <u>MLE,</u> )                                                                                                                                                                                                                                       |
|                   | Obiad     | Selerowa z ziemniakami * 300 ml ( <u>MLE, SEL,</u> )<br>Gulasz z udźca kurczaka 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 160 g ( <u>GLU JECZ,</u> )<br>Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Selerowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> )<br>Gulasz z udźca kurczaka 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JECZ,</u> )<br>Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Selerowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> )<br>Filet z kurczaka gotowany 80 g<br>Sos koperkowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JECZ,</u> )<br>Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                               |
|                   | PD        | Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|                   | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz 100 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz 100 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml |
|                   | PN        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g                                                                                                                                                                  |
|                   |           | Wartość energetyczna: 2476.36 kcal; Białko ogółem: 84.42 g; Tłuszcz: 78.48 g; Kw. tł. nasy.: 35.19 g; Węglowodany ogółem: 368.75 g; W tym cukry: 111.11 g; Błonnik pok.: 26.77 g; Sól: 10.08 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Wartość energetyczna: 2280.98 kcal; Białko ogółem: 75.67 g; Tłuszcz: 55.09 g; Kw. tł. nasy.: 23.82 g; Węglowodany ogółem: 382.28 g; W tym cukry: 104.14 g; Błonnik pok.: 22.26 g; Sól: 8.10 g;                                                                                                                                                                                                           | Wartość energetyczna: 2459.94 kcal; Białko ogółem: 87.45 g; Tłuszcz: 87.98 g; Kw. tł. nasy.: 35.91 g; Węglowodany ogółem: 340.64 g; W tym cukry: 71.17 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 11.15 g;                                                                                                                                                                                                                                                                             | Wartość energetyczna: 2204.09 kcal; Białko ogółem: 80.37 g; Tłuszcz: 58.48 g; Kw. tł. nasy.: 24.85 g; Węglowodany ogółem: 351.91 g; W tym cukry: 63.38 g; Błonnik pok.: 25.22 g; Sól: 8.36 g;                                                                                                                                                                                                            | Wartość energetyczna: 2173.01 kcal; Białko ogółem: 109.77 g; Tłuszcz: 68.86 g; Kw. tł. nasy.: 34.68 g; Węglowodany ogółem: 297.29 g; W tym cukry: 32.19 g; Błonnik pok.: 35.98 g; Sól: 9.20 g;                                                                                                                                      |

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-12 do dnia 2025-05-25 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

|                      |           | KAW- CH Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | KAW- CH Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | KAW- STO Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | KAW- STO Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | KAW- STO Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|----------------------|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-05-25 niedziela | Śniadanie | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Rzodkiewka 50 g<br>Kakao z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Cukier 30 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Kakao z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Cukier 30 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Rzodkiewka 50 g<br>Kakao z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Cukier 30 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Kakao z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Cukier 30 g | Mleko 200 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Rzodkiewka 50 g<br>Kakao z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE.</u> ) |
|                      | II ŚN     | Jabłko 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Hummus z ciecierzycy 50 g                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|                      | Obiad     | Pomidorowa z makaronem * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Kotlet schabowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Ziemniaki gotowane 160 g<br>Mizeria 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                      | Pomidorowa z makaronem * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Schab gotowany 80 g<br>Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane 160 g<br>Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                               | Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Kotlet schabowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Ziemniaki gotowane 180 g<br>Mizeria 120 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                      | Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Schab gotowany 80 g<br>Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane 180 g<br>Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                               | Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Schab gotowany 80 g<br>Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane 180 g<br>Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                         |
|                      | PD        | Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</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> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek z koperkiem 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Cwikła z jabłkiem b/c 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek z koperkiem 70 g ( <u>MLE.</u> )<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Cwikła z jabłkiem b/c 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek z koperkiem 70 g ( <u>MLE.</u> )<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Cwikła z jabłkiem b/c 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                           |
|                      | PN        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> )                                                                                                                                                                                         |
|                      |           | Wartość energetyczna: 2294.04 kcal; Białko ogółem: 91.48 g; Tłuszcz: 71.82 g; Kw. tł. nasy.: 29.31 g; Węglowodany ogółem: 328.57 g; W tym cukry: 72.67 g; Błonnik pok.: 24.76 g; Sól: 7.84 g;                                                                                                                                                                                                                              | Wartość energetyczna: 2121.38 kcal; Białko ogółem: 96.49 g; Tłuszcz: 56.02 g; Kw. tł. nasy.: 27.71 g; Węglowodany ogółem: 312.53 g; W tym cukry: 68.91 g; Błonnik pok.: 18.63 g; Sól: 7.61 g;                                                                                                                                                                                                                        | Wartość energetyczna: 2094.41 kcal; Białko ogółem: 91.01 g; Tłuszcz: 65.98 g; Kw. tł. nasy.: 28.69 g; Węglowodany ogółem: 292.10 g; W tym cukry: 60.66 g; Błonnik pok.: 21.74 g; Sól: 7.63 g;                                                                                                                                                                                                                              | Wartość energetyczna: 1922.75 kcal; Białko ogółem: 96.35 g; Tłuszcz: 50.00 g; Kw. tł. nasy.: 26.94 g; Węglowodany ogółem: 275.97 g; W tym cukry: 56.41 g; Błonnik pok.: 15.48 g; Sól: 7.39 g;                                                                                                                                                                                                                        | Wartość energetyczna: 2393.66 kcal; Białko ogółem: 113.74 g; Tłuszcz: 72.42 g; Kw. tł. nasy.: 33.64 g; Węglowodany ogółem: 305.40 g; W tym cukry: 47.83 g; Błonnik pok.: 33.01 g; Sól: 8.97 g;                                                                                                                                                                             |

### **Oznaczenia alergenów:**

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

### **Oznaczenia wskaźników odż.:**

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],  
Białko ogółem - Białko ogółem wg rozp. 1169/2011,  
Tłuszcz - Tłuszcz,  
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,  
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,