

Jadłospisy za okres od dnia 2025-10-27 do dnia 2025-11-09 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa	KAW- STO Wegetariańska
2025-10-27 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 40 g Miód (25g) 1 szt Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 40 g Miód (25g) 1 szt Marchew mini gotowana + 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 40 g Miód (25g) 1 szt Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 40 g Miód (25g) 1 szt Marchew mini gotowana + 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Mleko 200 ml (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 30 g Ser mozzarella 70 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 70 g (<u>MLE.</u>) Hummus + 30 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g
	II ŚN	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt				Sok warzywny 0,3l 1 szt (<u>SEL.</u>)	
	Obiad	Zupa ziemniaczana + 300 g (<u>MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 160 g Gulasz wieprzowy węgierski + 200 g (<u>MLE.</u>) Surówka z czerwonej kapusty z natką pietruszki i słonecznikiem b/c + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 300 g (<u>MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 160 g Mięso wieprzowe z warzywami do risotto + 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Surówka z czerwonej kapusty z natką pietruszki i słonecznikiem b/c + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 400 g (<u>MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 180 g Gulasz wieprzowy węgierski + 200 g (<u>MLE.</u>) Surówka z czerwonej kapusty z natką pietruszki i słonecznikiem b/c + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 400 g (<u>MLE, SEL.</u>) Mięso wieprzowe z warzywami do risotto + 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 120 g Sos pomidorowy + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 400 g (<u>MLE, SEL.</u>) Mięso wieprzowe z warzywami do risotto + 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Sos pomidorowy + 80 g Surówka z czerwonej kapusty z natką pietruszki i słonecznikiem b/c + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa grysikowa + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Krokiety ziemniaczane z mozzarellą + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Dip jogurtowo-ziolowy + 100 g (<u>MLE.</u>) Surówka z czerwonej kapusty z natką pietruszki i słonecznikiem b/c + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Gruszka 1szt. 150 g	Banan 1szt. 1 szt			Gruszka 1szt. 150 g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasztet sojowy z pomidorami 70 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g	
		Wartość energetyczna: 2517.98 kcal; Białko ogółem: 97.04 g; Tłuszcz: 79.98 g; Kw. tł. nasy.: 36.50 g; Węglowodany ogółem: 366.23 g; W tym cukry: 99.28 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 11.92 g; WW: 33.72 Por; : 15.42 %; : 58.18 %; Ener. z T: 28.59 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 2933.90 mg;	Wartość energetyczna: 2532.86 kcal; Białko ogółem: 74.25 g; Tłuszcz: 78.55 g; Kw. tł. nasy.: 36.61 g; Węglowodany ogółem: 390.85 g; W tym cukry: 123.78 g; Błonnik pok.: 26.45 g; Sól: 10.90 g; WW: 36.56 Por; : 11.73 %; : 61.72 %; Ener. z T: 27.91 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 2913.42 mg;	Wartość energetyczna: 2509.19 kcal; Białko ogółem: 100.67 g; Tłuszcz: 84.46 g; Kw. tł. nasy.: 37.90 g; Węglowodany ogółem: 351.72 g; W tym cukry: 71.22 g; Błonnik pok.: 29.73 g; Sól: 12.94 g; WW: 32.32 Por; : 16.05 %; : 56.07 %; Ener. z T: 30.30 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 3188.84 mg;	Wartość energetyczna: 2440.63 kcal; Białko ogółem: 76.94 g; Tłuszcz: 85.26 g; Kw. tł. nasy.: 39.33 g; Węglowodany ogółem: 350.77 g; W tym cukry: 72.44 g; Błonnik pok.: 25.96 g; Sól: 12.01 g; WW: 32.57 Por; : 12.61 %; : 57.49 %; Ener. z T: 31.44 %; Ener. z Bł.: 2.13 %; K: 2519.29 mg;	Wartość energetyczna: 2393.00 kcal; Białko ogółem: 102.76 g; Tłuszcz: 99.93 g; Kw. tł. nasy.: 39.90 g; Węglowodany ogółem: 286.61 g; W tym cukry: 58.36 g; Błonnik pok.: 42.63 g; Sól: 15.05 g; WW: 24.33 Por; : 17.18 %; : 47.91 %; Ener. z T: 37.58 %; Ener. z Bł.: 3.56 %; K: 3223.61 mg;	Wartość energetyczna: 2522.35 kcal; Białko ogółem: 89.60 g; Tłuszcz: 104.76 g; Kw. tł. nasy.: 35.49 g; Węglowodany ogółem: 316.50 g; W tym cukry: 69.69 g; Błonnik pok.: 29.25 g; Sól: 12.46 g; WW: 28.67 Por; : 14.21 %; : 50.19 %; Ener. z T: 37.38 %; Ener. z Bł.: 2.32 %; K: 2456.37 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-10-27 do dnia 2025-11-09 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa	KAW- STO Wegetariańska
2025-10-28 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasztet z fasoli + 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW,) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Pomidor 50 g Masło extra 82% 15 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Pomidor 50 g Masło extra 82% 15 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasztet z fasoli + 70 g (GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW,) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Mleko 200 ml (MLE,) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasztet z fasoli + 70 g (GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW,) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasztet z fasoli + 70 g (GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g
	II ŚN	Jabłko 150 g				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,)	
	Obiad	Krupnik jęczmienny + 300 g (SOJ, SEL, GLU JECZ,) Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 80 g Sos brokułowy- dieta + 80 g (MLE,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Surówka z selera z rodzynkami + 100 g (MLE, SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny + 300 g (SOJ, SEL, GLU JECZ,) Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 80 g Sos brokułowy + 80 g (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Marchew mini gotowana + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny + 400 g (SOJ, SEL, GLU JECZ,) Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 80 g Sos brokułowy- dieta + 80 g (MLE,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z selera z rodzynkami + 120 g (MLE, SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny + 400 g (SOJ, SEL, GLU JECZ,) Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 80 g Sos brokułowy + 80 g (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Marchew mini gotowana + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny + 400 g (SOJ, SEL, GLU JECZ,) Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 80 g Sos brokułowy + 80 g (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka Coleslaw + 120 g (JAJ, MLE, GOR, SOJ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny + 400 g (SOJ, SEL, GLU JECZ,) Burger z soczewicy pieczony + 100 g (GLU PSZ, MLE,) Salsa pomidorowa + 80 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Marchew mini gotowana + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE,)				Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE,)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Ser mozzarella 50 g (MLE,) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR,) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Ser mozzarella 70 g (MLE,) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR,) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta warzywna + 70 g (SEL,) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR,) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Twarożek pomidorowy + 70 g (MLE,) Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Ser żółty 30 g (MLE,)	
		Wartość energetyczna: 2357.84 kcal; Białko ogółem: 101.67 g; Tłuszcz: 65.10 g; Kw. tł. nasy.: 25.41 g; Węglowodany ogółem: 354.59 g; W tym cukry: 98.51 g; Błonnik pok.: 30.28 g; Sól: 9.81 g; WW: 32.48 Por.; : 17.25 %; : 60.15 %; Ener. z T: 24.85 %; Ener. z Bł.: 2.57 %; K: 3696.28 mg;	Wartość energetyczna: 2301.49 kcal; Białko ogółem: 102.44 g; Tłuszcz: 62.99 g; Kw. tł. nasy.: 24.79 g; Węglowodany ogółem: 342.47 g; W tym cukry: 99.58 g; Błonnik pok.: 25.09 g; Sól: 11.15 g; WW: 31.83 Por.; : 17.80 %; : 59.52 %; Ener. z T: 24.63 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 3432.25 mg;	Wartość energetyczna: 2357.22 kcal; Białko ogółem: 108.68 g; Tłuszcz: 69.11 g; Kw. tł. nasy.: 24.40 g; Węglowodany ogółem: 337.28 g; W tym cukry: 66.03 g; Błonnik pok.: 28.30 g; Sól: 10.54 g; WW: 30.94 Por.; : 18.44 %; : 57.23 %; Ener. z T: 26.39 %; Ener. z Bł.: 2.40 %; K: 3663.78 mg;	Wartość energetyczna: 2218.27 kcal; Białko ogółem: 105.42 g; Tłuszcz: 65.36 g; Kw. tł. nasy.: 23.46 g; Węglowodany ogółem: 312.07 g; W tym cukry: 64.29 g; Błonnik pok.: 22.84 g; Sól: 11.52 g; WW: 29.00 Por.; : 19.01 %; : 56.27 %; Ener. z T: 26.52 %; Ener. z Bł.: 2.06 %; K: 3240.00 mg;	Wartość energetyczna: 2381.17 kcal; Białko ogółem: 105.06 g; Tłuszcz: 88.54 g; Kw. tł. nasy.: 36.09 g; Węglowodany ogółem: 313.89 g; W tym cukry: 55.67 g; Błonnik pok.: 45.95 g; Sól: 12.92 g; WW: 26.83 Por.; : 17.65 %; : 52.73 %; Ener. z T: 33.47 %; Ener. z Bł.: 3.86 %; K: 4517.66 mg;	Wartość energetyczna: 2427.84 kcal; Białko ogółem: 81.95 g; Tłuszcz: 72.55 g; Kw. tł. nasy.: 30.84 g; Węglowodany ogółem: 376.89 g; W tym cukry: 72.04 g; Błonnik pok.: 34.49 g; Sól: 10.62 g; WW: 34.37 Por.; : 13.50 %; : 62.10 %; Ener. z T: 26.89 %; Ener. z Bł.: 2.84 %; K: 3597.95 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-10-27 do dnia 2025-11-09 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

	KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa	KAW- STO Wegetariańska
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Buraki gotowane súpki + 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Buraki gotowane súpki + 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Mleko 200 ml (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 70 g (MLE) Salatka makaronowa z warzywami (dieta) + 100 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g
II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 30 g	
Obiad	Zupa koperkowa z ryżem + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Pulpet z kurczaka + 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pieczarkowy + 80 g (MLE) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Fasolka szparagowa żółta + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa koperkowa z ryżem + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Pulpet z kurczaka + 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy + 80 g (SOJ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Szpinak gotowany z olejem + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa koperkowa z ryżem + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Pulpet z kurczaka + 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pieczarkowy + 80 g (MLE) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Fasolka szparagowa żółta + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa koperkowa z ryżem + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Pulpet z kurczaka + 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy + 80 g (SOJ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Szpinak gotowany z olejem + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa koperkowa z ryżem brązowym + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Pulpet z kurczaka + 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy + 80 g (SOJ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Fasolka szparagowa żółta + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Papryka faszerowana ryżem i warzywami + 300 g (SEL.) Fasolka szparagowa żółta + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
PD	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt				Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Tuńczyk w sosie własnym 50 g (RYB.) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Tuńczyk w sosie własnym 50 g (RYB.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Paprykarz z dorsza + 70 g (RYB, SOJ, SEL.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Paprykarz z dorsza + 50 g (RYB, SOJ, SEL.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Paprykarz z dorsza + 70 g (RYB, SOJ, SEL.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Paprykarz z dorsza + 70 g (RYB, SOJ, SEL.) Twarożek + 30 g (MLE) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 30 g (MLE)	
	Wartość energetyczna: 2212.49 kcal; Białko ogółem: 86.27 g; Tłuszcz: 60.63 g; Kw. tł. nasy.: 28.72 g; Węglowodany ogółem: 341.39 g; W tym cukry: 98.25 g; Błonnik pok.: 23.34 g; Sól: 11.10 g; WW: 31.83 Por; : 15.60 %; : 61.72 %; Ener. z T: 24.66 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 2779.97 mg;	Wartość energetyczna: 2275.17 kcal; Białko ogółem: 88.35 g; Tłuszcz: 65.62 g; Kw. tł. nasy.: 28.40 g; Węglowodany ogółem: 343.32 g; W tym cukry: 101.19 g; Błonnik pok.: 22.34 g; Sól: 11.08 g; WW: 32.16 Por; : 15.53 %; : 60.36 %; Ener. z T: 25.96 %; Ener. z Bł.: 1.96 %; K: 2808.82 mg;	Wartość energetyczna: 2214.53 kcal; Białko ogółem: 89.93 g; Tłuszcz: 68.20 g; Kw. tł. nasy.: 30.13 g; Węglowodany ogółem: 322.43 g; W tym cukry: 65.38 g; Błonnik pok.: 27.30 g; Sól: 11.90 g; WW: 29.58 Por; : 16.24 %; : 58.24 %; Ener. z T: 27.72 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 3455.24 mg;	Wartość energetyczna: 2243.84 kcal; Białko ogółem: 89.21 g; Tłuszcz: 72.92 g; Kw. tł. nasy.: 29.75 g; Węglowodany ogółem: 318.95 g; W tym cukry: 65.87 g; Błonnik pok.: 25.13 g; Sól: 11.81 g; WW: 29.47 Por; : 15.90 %; : 56.86 %; Ener. z T: 29.25 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 3364.56 mg;	Wartość energetyczna: 2140.01 kcal; Białko ogółem: 103.19 g; Tłuszcz: 74.02 g; Kw. tł. nasy.: 32.00 g; Węglowodany ogółem: 284.30 g; W tym cukry: 33.52 g; Błonnik pok.: 42.30 g; Sól: 14.98 g; WW: 24.25 Por; : 19.29 %; : 53.14 %; Ener. z T: 31.13 %; Ener. z Bł.: 3.95 %; K: 3917.62 mg;	Wartość energetyczna: 1882.92 kcal; Białko ogółem: 63.89 g; Tłuszcz: 55.16 g; Kw. tł. nasy.: 23.07 g; Węglowodany ogółem: 295.44 g; W tym cukry: 63.81 g; Błonnik pok.: 33.49 g; Sól: 11.56 g; WW: 26.29 Por; : 13.57 %; : 62.76 %; Ener. z T: 26.36 %; Ener. z Bł.: 3.56 %; K: 2995.98 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-10-27 do dnia 2025-11-09 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa	KAW- STO Wegetariańska
2025-10-30 czwartek	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Mleko 200 ml (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Wędlina roślinna produkt na bazie białka grochowego 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, GOR, SEZ.</u>) Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g
	II ŚN	Herbatniki Be Be 16g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Pyzy z truskawkami + 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Dip jogurtowy naturalny + 80 g (<u>MLE.</u>) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Pyzy z truskawkami + 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Dip jogurtowy naturalny + 80 g (<u>MLE.</u>) Marchew gotowana + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Pyzy z truskawkami + 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Dip jogurtowy naturalny + 80 g (<u>MLE.</u>) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Pyzy z truskawkami + 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Dip jogurtowy naturalny + 80 g (<u>MLE.</u>) Marchew gotowana + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 160 g Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MLE.</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Pyzy z truskawkami + 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Dip jogurtowy naturalny + 80 g (<u>MLE.</u>) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Śliwka 150 g	Jabłko pieczone 150 g			Śliwka 150 g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Twarożek ze słonecznikiem + 50 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Twarożek + 50 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Twarożek ze słonecznikiem + 70 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Papryka świeża 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Twarożek + 70 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Papryka świeża 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Twarożek ze słonecznikiem + 70 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek ze słonecznikiem + 70 g (<u>MLE.</u>) Pasta warzywna + 30 g (<u>SEL.</u>) Papryka świeża 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Pasta warzywna + 50 g (<u>SEL.</u>)	
		Wartość energetyczna: 2299.50 kcal; Białko ogółem: 72.18 g; Tłuszcz: 57.28 g; Kw. tł. nasy.: 26.70 g; Węglowodany ogółem: 387.50 g; W tym cukry: 107.78 g; Błonnik pok.: 30.11 g; Sól: 11.12 g; WW: 35.82 Por.; : 12.56 %; : 67.41 %; Ener. z T: 22.42 %; Ener. z Bł.: 2.62 %; K: 3620.27 mg;	Wartość energetyczna: 2210.87 kcal; Białko ogółem: 72.24 g; Tłuszcz: 50.64 g; Kw. tł. nasy.: 26.22 g; Węglowodany ogółem: 378.65 g; W tym cukry: 98.42 g; Błonnik pok.: 26.87 g; Sól: 10.77 g; WW: 35.30 Por.; : 13.07 %; : 68.51 %; Ener. z T: 20.61 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 3268.73 mg;	Wartość energetyczna: 2327.25 kcal; Białko ogółem: 79.39 g; Tłuszcz: 59.41 g; Kw. tł. nasy.: 27.60 g; Węglowodany ogółem: 382.69 g; W tym cukry: 101.64 g; Błonnik pok.: 30.76 g; Sól: 12.08 g; WW: 35.29 Por.; : 13.65 %; : 65.78 %; Ener. z T: 22.98 %; Ener. z Bł.: 2.64 %; K: 3821.85 mg;	Wartość energetyczna: 2221.37 kcal; Białko ogółem: 79.04 g; Tłuszcz: 52.22 g; Kw. tł. nasy.: 27.05 g; Węglowodany ogółem: 370.59 g; W tym cukry: 88.94 g; Błonnik pok.: 26.30 g; Sól: 11.81 g; WW: 34.55 Por.; : 14.23 %; : 66.73 %; Ener. z T: 21.16 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 3463.75 mg;	Wartość energetyczna: 2375.48 kcal; Białko ogółem: 120.38 g; Tłuszcz: 82.96 g; Kw. tł. nasy.: 31.86 g; Węglowodany ogółem: 303.93 g; W tym cukry: 62.89 g; Błonnik pok.: 46.60 g; Sól: 13.25 g; WW: 25.79 Por.; : 20.27 %; : 51.18 %; Ener. z T: 31.43 %; Ener. z Bł.: 3.92 %; K: 4185.09 mg;	Wartość energetyczna: 2350.99 kcal; Białko ogółem: 75.09 g; Tłuszcz: 62.29 g; Kw. tł. nasy.: 26.70 g; Węglowodany ogółem: 388.99 g; W tym cukry: 103.03 g; Błonnik pok.: 34.80 g; Sól: 9.80 g; WW: 35.51 Por.; : 12.78 %; : 66.18 %; Ener. z T: 23.85 %; Ener. z Bł.: 2.96 %; K: 3924.55 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-10-27 do dnia 2025-11-09 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa	KAW- STO Wegetariańska
2025-10-31 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Dżem 30 g Ser mozzarella 50 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLUPSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Dżem 30 g Ser mozzarella 50 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Dżem 30 g Ser mozzarella 70 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLUPSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Dżem 30 g Ser mozzarella 70 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Mleko 200 ml (<u>MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Ser mozzarella 70 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Ser mozzarella 70 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g
	II ŚN	Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)				Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem + 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Kotlet z morschczuka 100g+ 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Ogórek kiszony z cebulką + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa pomidorowa z makaronem + 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Pulpet z morschczuka + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Sos koperkowy dieta + 80 g (<u>MLE,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Ogórek kiszony z cebulką + 120 g Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa pomidorowa z makaronem + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Kotlet z morschczuka 100g+ 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Sos koperkowy dieta + 80 g (<u>MLE,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Ogórek kiszony z cebulką + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa pomidorowa z makaronem + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Pulpet z morschczuka + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Sos koperkowy dieta + 80 g (<u>MLE,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Ogórek kiszony z cebulką + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa pomidorowa + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Pulpet z morschczuka + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Sos koperkowy dieta + 80 g (<u>MLE,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Ogórek kiszony z cebulką + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa pomidorowa z makaronem + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Kotlet z jaj + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Tzatziki + 80 g (<u>MLE,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Ogórek kiszony z cebulką + 120 g 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>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLUPSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta jajeczno-brokulowa + 50 g (<u>JAJ,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLUPSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pasta jajeczno-brokulowa + 50 g (<u>JAJ,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pasta jajeczno-brokulowa + 70 g (<u>JAJ,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ,</u>) Pasta jajeczno-brokulowa + 70 g (<u>JAJ,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLUPSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Falafel z ciecierzycy, pieczony + 50 g (<u>GLUPSZ,</u>) Pasta jajeczno-brokulowa + 70 g (<u>JAJ,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLUPSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Falafel z ciecierzycy, pieczony + 50 g (<u>GLUPSZ,</u>) Pasta jajeczno-brokulowa + 70 g (<u>JAJ,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Falafel z ciecierzycy, pieczony + 50 g (<u>GLU PSZ,</u>)	
		Wartość energetyczna: 2449.89 kcal; Białko ogółem: 94.75 g; Tłuszcz: 77.37 g; Kw. tł. nasy.: 29.30 g; Węglowodany ogółem: 353.36 g; W tym cukry: 126.55 g; Błonnik pok.: 22.05 g; Sól: 10.48 g; WW: 33.17 Por; : 15.47 %; : 57.69 %; Ener. z T: 28.42 %; Ener. z Bł.: 1.80 %; K: 3263.46 mg;	Wartość energetyczna: 2422.11 kcal; Białko ogółem: 95.09 g; Tłuszcz: 71.31 g; Kw. tł. nasy.: 30.07 g; Węglowodany ogółem: 359.70 g; W tym cukry: 129.94 g; Błonnik pok.: 21.94 g; Sól: 9.77 g; WW: 33.81 Por; : 15.70 %; : 59.40 %; Ener. z T: 26.50 %; Ener. z Bł.: 1.81 %; K: 3365.84 mg;	Wartość energetyczna: 2322.41 kcal; Białko ogółem: 97.77 g; Tłuszcz: 74.40 g; Kw. tł. nasy.: 22.83 g; Węglowodany ogółem: 327.05 g; W tym cukry: 85.90 g; Błonnik pok.: 23.24 g; Sól: 11.39 g; WW: 30.32 Por; : 16.84 %; : 56.33 %; Ener. z T: 28.83 %; Ener. z Bł.: 2.00 %; K: 3251.10 mg;	Wartość energetyczna: 2290.85 kcal; Białko ogółem: 98.33 g; Tłuszcz: 67.58 g; Kw. tł. nasy.: 23.55 g; Węglowodany ogółem: 334.23 g; W tym cukry: 89.91 g; Błonnik pok.: 23.64 g; Sól: 10.54 g; WW: 30.99 Por; : 17.17 %; : 58.36 %; Ener. z T: 26.55 %; Ener. z Bł.: 2.06 %; K: 3392.30 mg;	Wartość energetyczna: 2368.83 kcal; Białko ogółem: 109.01 g; Tłuszcz: 93.21 g; Kw. tł. nasy.: 31.20 g; Węglowodany ogółem: 285.43 g; W tym cukry: 60.03 g; Błonnik pok.: 34.45 g; Sól: 12.23 g; WW: 25.11 Por; : 18.41 %; : 48.20 %; Ener. z T: 35.41 %; Ener. z Bł.: 2.91 %; K: 3732.78 mg;	Wartość energetyczna: 2523.76 kcal; Białko ogółem: 91.84 g; Tłuszcz: 90.70 g; Kw. tł. nasy.: 26.08 g; Węglowodany ogółem: 344.90 g; W tym cukry: 89.53 g; Błonnik pok.: 26.20 g; Sól: 11.47 g; WW: 31.74 Por; : 14.56 %; : 54.66 %; Ener. z T: 32.34 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 3093.61 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-10-27 do dnia 2025-11-09 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa	KAW- STO Wegetariańska
2025-11-01 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Ketchup 30 g (<u>SEL,</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 120 g (<u>może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Ketchup 30 g (<u>SEL,</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Mleko 200 ml (<u>MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Ser żółty 30 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 70 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g
	II ŚN	Biskopity 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tofu 30 g (<u>SOJ,</u>)	
	Obiad	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 160 g Kasza jęczmienna/sypko 160 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml		Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 160 g Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml		Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 160 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Masa serowa do makaronu + 100 g (<u>MLE,</u>) Mus truskawkowy + 80 g (<u>MLE,</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka z marchwi b/c + 120 g 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>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szyunka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szyunka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szyunka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE,</u>) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szyunka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE,</u>) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szyunka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE,</u>) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE,</u>) Miod (25g) 1 szt Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szyunka drobiowa luksusowa z fileta-wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, S02.</u>)	
		Wartość energetyczna: 2444.83 kcal; Białko ogółem: 113.76 g; Tłuszcz: 85.94 g; Kw. tł. nasy.: 36.15 g; Węglowodany ogółem: 323.38 g; W tym cukry: 78.42 g; Błonnik pok.: 27.19 g; Sól: 12.97 g; WW: 29.69 Por; : 18.61 %; : 52.91 %; Ener. z T: 31.64 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 2907.24 mg;	Wartość energetyczna: 2289.15 kcal; Białko ogółem: 115.53 g; Tłuszcz: 71.41 g; Kw. tł. nasy.: 30.64 g; Węglowodany ogółem: 316.69 g; W tym cukry: 72.46 g; Błonnik pok.: 21.97 g; Sól: 11.06 g; WW: 29.54 Por; : 20.19 %; : 55.34 %; Ener. z T: 28.08 %; Ener. z Bł.: 1.92 %; K: 2587.32 mg;	Wartość energetyczna: 2597.98 kcal; Białko ogółem: 115.05 g; Tłuszcz: 100.51 g; Kw. tł. nasy.: 40.81 g; Węglowodany ogółem: 322.00 g; W tym cukry: 78.95 g; Błonnik pok.: 30.41 g; Sól: 14.49 g; WW: 29.22 Por; : 17.71 %; : 49.58 %; Ener. z T: 34.82 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 3323.66 mg;	Wartość energetyczna: 2308.41 kcal; Białko ogółem: 118.19 g; Tłuszcz: 71.69 g; Kw. tł. nasy.: 29.91 g; Węglowodany ogółem: 312.38 g; W tym cukry: 72.18 g; Błonnik pok.: 25.19 g; Sól: 12.16 g; WW: 28.80 Por; : 20.48 %; : 54.13 %; Ener. z T: 27.95 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 3003.74 mg;	Wartość energetyczna: 2259.83 kcal; Białko ogółem: 118.91 g; Tłuszcz: 87.08 g; Kw. tł. nasy.: 39.24 g; Węglowodany ogółem: 266.70 g; W tym cukry: 39.92 g; Błonnik pok.: 38.38 g; Sól: 11.80 g; WW: 22.95 Por; : 21.05 %; : 47.21 %; Ener. z T: 34.68 %; Ener. z Bł.: 3.40 %; K: 4277.57 mg;	Wartość energetyczna: 2411.09 kcal; Białko ogółem: 94.50 g; Tłuszcz: 75.58 g; Kw. tł. nasy.: 35.14 g; Węglowodany ogółem: 352.08 g; W tym cukry: 86.37 g; Błonnik pok.: 29.30 g; Sól: 9.14 g; WW: 32.40 Por; : 15.68 %; : 58.41 %; Ener. z T: 28.21 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 2655.50 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-10-27 do dnia 2025-11-09 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa	KAW- STO Wegetariańska
2025-11-02 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 50 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE</u>) Cukier 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Buraki gotowane + 50 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE</u>) Cukier 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 70 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 50 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE</u>) Cukier 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 70 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Buraki gotowane + 50 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE</u>) Cukier 30 g	Mleko 200 ml (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 70 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 50 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser mozzarella 30 g (<u>MLE</u>) Pasta z fasoli z cebulką + 70 g Pomidor 50 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE</u>) Cukier 30 g
	II ŚN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt				Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
	Obiad	Zupa z soczewicą i warzywami + 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Kotlet wieprzowy mielony + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Surówka Colesław + 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR, S02.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa ryżowa + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Zrazik wieprzowy pieczony + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy + 80 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Surówka Colesław + 120 g (<u>JAJ, MLE, GOR, S02.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa z soczewicą i warzywami + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Kotlet wieprzowy mielony + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka Colesław + 120 g (<u>JAJ, MLE, GOR, S02.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa ryżowa + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Zrazik wieprzowy pieczony + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy + 80 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z selera i jabłka b/c + 120 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa z soczewicą i warzywami + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Zrazik wieprzowy pieczony + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy + 80 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka Colesław + 120 g (<u>JAJ, MLE, GOR, S02.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa z soczewicą i warzywami + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Gulasz warzywny z tofu (dieta) + 180 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka Colesław + 120 g (<u>JAJ, MLE, GOR, S02.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>)				Ciasto drożdżowe b/c 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem + 70 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem + 50 g (<u>MLE</u>)	
		Wartość energetyczna: 2227.10 kcal; Białko ogółem: 91.62 g; Tłuszcz: 70.95 g; Kw. tł. nasy.: 28.79 g; Węglowodany ogółem: 315.06 g; W tym cukry: 73.84 g; Błonnik pok.: 23.09 g; Sól: 10.96 g; WW: 29.25 Por; : 389.91 %; : 1020.84 %; Ener. z T: 485.57 %; Ener. z Bł.: 64.87 %; K: 2865.84 mg;	Wartość energetyczna: 2323.75 kcal; Białko ogółem: 92.51 g; Tłuszcz: 76.94 g; Kw. tł. nasy.: 32.72 g; Węglowodany ogółem: 322.68 g; W tym cukry: 81.24 g; Błonnik pok.: 22.45 g; Sól: 11.63 g; WW: 30.07 Por; : 373.39 %; : 1042.89 %; Ener. z T: 504.11 %; Ener. z Bł.: 65.23 %; K: 2819.17 mg;	Wartość energetyczna: 2064.68 kcal; Białko ogółem: 92.69 g; Tłuszcz: 68.65 g; Kw. tł. nasy.: 28.29 g; Węglowodany ogółem: 280.02 g; W tym cukry: 59.42 g; Błonnik pok.: 24.39 g; Sól: 11.50 g; WW: 25.63 Por; : 399.69 %; : 899.22 %; Ener. z T: 492.61 %; Ener. z Bł.: 66.87 %; K: 3243.87 mg;	Wartość energetyczna: 2144.31 kcal; Białko ogółem: 91.60 g; Tłuszcz: 74.05 g; Kw. tł. nasy.: 32.31 g; Węglowodany ogółem: 286.80 g; W tym cukry: 67.47 g; Błonnik pok.: 23.88 g; Sól: 12.14 g; WW: 26.34 Por; : 379.51 %; : 924.73 %; Ener. z T: 510.05 %; Ener. z Bł.: 68.56 %; K: 3141.09 mg;	Wartość energetyczna: 2499.32 kcal; Białko ogółem: 116.41 g; Tłuszcz: 92.17 g; Kw. tł. nasy.: 39.18 g; Węglowodany ogółem: 285.21 g; W tym cukry: 44.42 g; Błonnik pok.: 33.38 g; Sól: 14.90 g; WW: 25.30 Por; : 493.01 %; : 815.19 %; Ener. z T: 656.54 %; Ener. z Bł.: 82.24 %; K: 4062.84 mg;	Wartość energetyczna: 2374.61 kcal; Białko ogółem: 76.12 g; Tłuszcz: 88.02 g; Kw. tł. nasy.: 24.48 g; Węglowodany ogółem: 333.69 g; W tym cukry: 76.39 g; Błonnik pok.: 36.69 g; Sól: 10.41 g; WW: 29.82 Por; : 246.20 %; : 1074.22 %; Ener. z T: 718.66 %; Ener. z Bł.: 83.01 %; K: 3690.63 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-10-27 do dnia 2025-11-09 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa	KAW- STO Wegetariańska
2025-11-03 poniedziałek	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka drobiowa luksusowa z fileta-wędlina dr. parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, S02.</u>) Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka drobiowa luksusowa z fileta-wędlina dr. parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, S02.</u>) Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka drobiowa luksusowa z fileta-wędlina dr. parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, S02.</u>) Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka drobiowa luksusowa z fileta-wędlina dr. parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, S02.</u>) Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Mleko 200 ml (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka drobiowa luksusowa z fileta-wędlina dr. parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, S02.</u>) Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Wędlina roślinna produkt na bazie białka grochowego 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, GOR, SEZ.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g
	II ŚN	Śliwka 150 g	Jabłko pieczone 150 g			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g	
	Obiad	Żurek z ziemniakami + 300 g (<u>SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g Sos pietruszkowy + 80 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Fasolka szparagowa żółta + 100 g Kasza gryczana 160 g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g Sos pietruszkowy + 80 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Kasza jęczmienna/sypko 160 g (<u>GLU JECZ.</u>) Marchew mini gotowana + 120 g	Żurek z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g Sos pietruszkowy + 80 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Fasolka szparagowa żółta + 120 g Kasza gryczana 180 g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g Sos pietruszkowy + 80 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Marchew mini gotowana + 120 g Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>)	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 80 g Sos pietruszkowy + 80 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Kasza gryczana 180 g Fasolka szparagowa żółta + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Pyzy z truskawkami + 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Dip jogurtowo-śmietankowy o smaku waniliowym dieta + 80 g (<u>MLE.</u>) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)				Śliwka 150 g	
Kolejacja		Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Ddynia na parze + 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek ziarnisty naturalny 70 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek ziarnisty naturalny 70 g (<u>MLE.</u>) Ddynia na parze + 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek ziarnisty naturalny 70 g (<u>MLE.</u>) Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>) Serek ziarnisty naturalny 70 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g	
		Wartość energetyczna: 2476.35 kcal; Białko ogółem: 106.15 g; Tłuszcz: 89.16 g; Kw. tł. nasy.: 38.16 g; Węglowodany ogółem: 318.31 g; W tym cukry: 95.17 g; Błonnik pok.: 27.24 g; Sól: 10.31 g; WW: 29.22 Por; : 17.15 %; : 51.42 %; Ener. z T: 32.40 %; Ener. z Bł.: 2.20 %; K: 3269.06 mg;	Wartość energetyczna: 2311.94 kcal; Białko ogółem: 93.29 g; Tłuszcz: 73.61 g; Kw. tł. nasy.: 32.65 g; Węglowodany ogółem: 326.82 g; W tym cukry: 99.98 g; Błonnik pok.: 29.48 g; Sól: 10.32 g; WW: 29.87 Por; : 16.14 %; : 56.55 %; Ener. z T: 28.66 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 3109.05 mg;	Wartość energetyczna: 2572.07 kcal; Białko ogółem: 116.66 g; Tłuszcz: 100.46 g; Kw. tł. nasy.: 41.42 g; Węglowodany ogółem: 306.14 g; W tym cukry: 65.27 g; Błonnik pok.: 26.63 g; Sól: 11.67 g; WW: 28.05 Por; : 18.14 %; : 47.61 %; Ener. z T: 35.15 %; Ener. z Bł.: 2.07 %; K: 3095.25 mg;	Wartość energetyczna: 2338.66 kcal; Białko ogółem: 100.49 g; Tłuszcz: 79.19 g; Kw. tł. nasy.: 34.07 g; Węglowodany ogółem: 313.71 g; W tym cukry: 68.72 g; Błonnik pok.: 28.73 g; Sól: 11.37 g; WW: 28.61 Por; : 17.19 %; : 53.66 %; Ener. z T: 30.48 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 3031.05 mg;	Wartość energetyczna: 2243.49 kcal; Białko ogółem: 106.38 g; Tłuszcz: 81.31 g; Kw. tł. nasy.: 35.61 g; Węglowodany ogółem: 286.31 g; W tym cukry: 46.58 g; Błonnik pok.: 43.92 g; Sól: 12.42 g; WW: 24.29 Por; : 18.97 %; : 51.05 %; Ener. z T: 32.62 %; Ener. z Bł.: 3.92 %; K: 3790.71 mg;	Wartość energetyczna: 2379.48 kcal; Białko ogółem: 73.52 g; Tłuszcz: 73.49 g; Kw. tł. nasy.: 35.05 g; Węglowodany ogółem: 372.28 g; W tym cukry: 92.89 g; Błonnik pok.: 32.33 g; Sól: 9.82 g; WW: 34.05 Por; : 12.36 %; : 62.58 %; Ener. z T: 27.80 %; Ener. z Bł.: 2.72 %; K: 3504.81 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-10-27 do dnia 2025-11-09 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa	KAW- STO Wegetariańska
2025-11-04 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ,</u>) Galaretką drobiową z udźca z cytryną dieta + 100 g (<u>SEL,</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ,</u>) Galaretką drobiową z udźca z cytryną dieta + 100 g (<u>SEL,</u>) Marchew talarki gotowane + 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Makaron na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ,</u>) Galaretką drobiową z udźca z cytryną dieta + 100 g (<u>SEL,</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Makaron na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ,</u>) Galaretką drobiową z udźca z cytryną dieta + 100 g (<u>SEL,</u>) Marchew talarki gotowane + 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Mleko 200 ml (<u>MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ,</u>) Galaretką drobiową z udźca z cytryną dieta + 100 g (<u>SEL,</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Makaron na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek z kolorową papryką + 70 g (<u>MLE,</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g
	II ŚN	Banan 1szt. 1 szt				Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (<u>SOJ, GOR,</u>)	
	Obiad	Zupa wielowarzywna z zacierką + 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Kotlet schabowy panierowany + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sałatka szwedzka + 100 g (<u>GOR,</u>) Ziemniaki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wielowarzywna z zacierką + 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Roladka wieprzowa z warzywami pieczona + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Sos własny + 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Ziemniaki gotowane 160 g Buraki tarte na ciepło + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wielowarzywna z zacierką + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Kotlet schabowy panierowany + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Sałatka szwedzka + 120 g (<u>GOR,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wielowarzywna z zacierką + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Roladka wieprzowa z warzywami pieczona + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Sos własny + 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Buraki tarte na ciepło + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wielowarzywna z zacierką + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Roladka wieprzowa z warzywami pieczona + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Sos własny + 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Sałatka szwedzka + 120 g (<u>GOR,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wielowarzywna z zacierką + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Fasolka po bretońsku wegetariańska + 350 g (<u>SOJ,</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Sałatka szwedzka + 120 g (<u>GOR,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Serek homogenizowany o smaku waniliowym 140g 1 szt (<u>MLE,</u>)				Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pasta z makreli wędzonej + 50 g (<u>JAJ, RYB, GOR,</u>) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pasta z miruny gotowanej z warzywami + 50 g (<u>RYB, SEL,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pasta z makreli wędzonej + 70 g (<u>JAJ, RYB, GOR,</u>) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z miruny gotowanej z warzywami + 70 g (<u>RYB, SEL,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z makreli wędzonej + 70 g (<u>JAJ, RYB, GOR,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z makreli wędzonej + 70 g (<u>JAJ, RYB, GOR,</u>) Sałatka jarzynowa + 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2,</u>)	
		Wartość energetyczna: 2334.42 kcal; Białko ogółem: 90.08 g; Tłuszcz: 70.46 g; Kw. tł. nasy.: 29.07 g; Węglowodany ogółem: 347.89 g; W tym cukry: 115.25 g; Błonnik pok.: 25.71 g; Sól: 11.61 g; WW: 32.34 Por; : 342.41 %; : 1046.49 %; Ener. z T: 477.65 %; Ener. z Bł.: 70.52 %; K: 3467.11 mg;	Wartość energetyczna: 2410.70 kcal; Białko ogółem: 89.33 g; Tłuszcz: 70.08 g; Kw. tł. nasy.: 30.09 g; Węglowodany ogółem: 364.47 g; W tym cukry: 122.18 g; Błonnik pok.: 26.83 g; Sól: 11.08 g; WW: 33.87 Por; : 353.38 %; : 1058.13 %; Ener. z T: 479.61 %; Ener. z Bł.: 73.09 %; K: 3673.20 mg;	Wartość energetyczna: 2225.43 kcal; Białko ogółem: 89.89 g; Tłuszcz: 75.52 g; Kw. tł. nasy.: 28.51 g; Węglowodany ogółem: 308.56 g; W tym cukry: 66.86 g; Błonnik pok.: 24.64 g; Sól: 13.06 g; WW: 28.45 Por; : 337.50 %; : 958.27 %; Ener. z T: 505.13 %; Ener. z Bł.: 70.38 %; K: 3117.14 mg;	Wartość energetyczna: 2255.69 kcal; Białko ogółem: 88.94 g; Tłuszcz: 70.50 g; Kw. tł. nasy.: 28.63 g; Węglowodany ogółem: 324.34 g; W tym cukry: 74.57 g; Błonnik pok.: 25.98 g; Sól: 12.22 g; WW: 29.88 Por; : 359.42 %; : 970.87 %; Ener. z T: 488.82 %; Ener. z Bł.: 73.87 %; K: 3313.49 mg;	Wartość energetyczna: 2375.85 kcal; Białko ogółem: 95.42 g; Tłuszcz: 106.31 g; Kw. tł. nasy.: 34.52 g; Węglowodany ogółem: 275.03 g; W tym cukry: 34.61 g; Błonnik pok.: 36.34 g; Sól: 14.35 g; WW: 23.96 Por; : 417.87 %; : 766.06 %; Ener. z T: 754.58 %; Ener. z Bł.: 87.22 %; K: 3536.36 mg;	Wartość energetyczna: 2713.06 kcal; Białko ogółem: 93.12 g; Tłuszcz: 91.47 g; Kw. tł. nasy.: 29.82 g; Węglowodany ogółem: 398.57 g; W tym cukry: 75.91 g; Błonnik pok.: 40.19 g; Sól: 12.96 g; WW: 35.94 Por; : 225.17 %; : 1102.28 %; Ener. z T: 529.70 %; Ener. z Bł.: 77.56 %; K: 4248.04 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-10-27 do dnia 2025-11-09 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa	KAW- STO Wegetariańska
2025-11-05 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Indyk z pasieki produkt dr. grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadłnej mielony 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Indyk z pasieki produkt dr. grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadłnej mielony 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Indyk z pasieki produkt dr. grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadłnej mielony 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Indyk z pasieki produkt dr. grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadłnej mielony 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Mleko 200 ml (MLE,) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Indyk z pasieki produkt dr. grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadłnej mielony 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ryż na mleku 400 ml (MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Tofu 70 g (SOJ,) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g
	II ŚN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt				Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ,)	
	Obiad	Zupa grochowa z ziemniakami + 300 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR,) Prażone jabłka + 100 g Dip jogurtowy naturalny + 80 g (MLE,) Ryż na sypko 160 g Surówka z marchwi i selera + 120 g (MLE, SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 300 g (MLE, SEL,) Prażone jabłka + 100 g Dip jogurtowy naturalny + 80 g (MLE,) Ryż na sypko 160 g Surówka z marchwi i selera + 100 g (MLE, SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa grochowa z ziemniakami + 400 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR,) Prażone jabłka + 100 g Ryż na sypko 180 g Dip jogurtowy naturalny + 80 g (MLE,) Surówka z marchwi i selera + 120 g (MLE, SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 400 g (MLE, SEL,) Prażone jabłka + 100 g Dip jogurtowy naturalny + 80 g (MLE,) Ryż na sypko 180 g Surówka z marchwi i selera + 120 g (MLE, SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 400 g (MLE, SEL,) Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 90 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos brokułowy + 80 g (GLU PSZ, MLE,) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z marchwi i selera + 120 g (MLE, SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 400 g (MLE, SEL,) Prażone jabłka + 100 g Dip jogurtowy naturalny + 80 g (MLE,) Ryż na sypko 180 g Surówka z marchwi i selera + 120 g (MLE, SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Chrupki kukurydziane 25 g				Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE,)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Pasta z twarogu z natką pietruszki + 50 g (MLE,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Pasta z twarogu z natką pietruszki + 50 g (MLE,) Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Pasta z twarogu z natką pietruszki + 70 g (MLE,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Pasta z twarogu z natką pietruszki + 70 g (MLE,) Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Pasta z twarogu z natką pietruszki + 70 g (MLE,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Wędlina sojowa o smaku szynkowym z ziel.pieprz.Produkt roślinny na bazie białka sojowego i pszennego pakowany w atmosferze oc 30 g (GLU PSZ, SOJ, GLU JECZ,) Pasta z twarogu z natką pietruszki + 70 g (MLE,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Schab gotowany + 50 g	
		Wartość energetyczna: 2278.62 kcal; Białko ogółem: 77.32 g; Tłuszcz: 63.71 g; Kw. tł. nasy.: 29.25 g; Węglowodany ogółem: 361.46 g; W tym cukry: 87.27 g; Błonnik pok.: 29.15 g; Sól: 10.15 g; WW: 33.31 Por; : 13.57 %; : 63.45 %; Ener. z T: 25.16 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 2282.22 mg;	Wartość energetyczna: 2220.63 kcal; Białko ogółem: 71.40 g; Tłuszcz: 59.64 g; Kw. tł. nasy.: 27.97 g; Węglowodany ogółem: 359.68 g; W tym cukry: 88.15 g; Błonnik pok.: 24.22 g; Sól: 9.13 g; WW: 33.63 Por; : 12.86 %; : 64.79 %; Ener. z T: 24.17 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 2275.69 mg;	Wartość energetyczna: 2325.67 kcal; Białko ogółem: 84.67 g; Tłuszcz: 66.69 g; Kw. tł. nasy.: 30.42 g; Węglowodany ogółem: 359.20 g; W tym cukry: 89.77 g; Błonnik pok.: 29.46 g; Sól: 11.29 g; WW: 33.05 Por; : 14.56 %; : 61.78 %; Ener. z T: 25.81 %; Ener. z Bł.: 2.53 %; K: 2549.06 mg;	Wartość energetyczna: 2253.48 kcal; Białko ogółem: 76.87 g; Tłuszcz: 61.41 g; Kw. tł. nasy.: 28.76 g; Węglowodany ogółem: 358.21 g; W tym cukry: 92.04 g; Błonnik pok.: 24.80 g; Sól: 10.14 g; WW: 33.43 Por; : 13.64 %; : 63.58 %; Ener. z T: 24.52 %; Ener. z Bł.: 2.20 %; K: 2641.08 mg;	Wartość energetyczna: 2349.12 kcal; Białko ogółem: 114.26 g; Tłuszcz: 81.79 g; Kw. tł. nasy.: 34.74 g; Węglowodany ogółem: 303.46 g; W tym cukry: 45.79 g; Błonnik pok.: 42.68 g; Sól: 12.85 g; WW: 26.14 Por; : 19.46 %; : 51.67 %; Ener. z T: 31.34 %; Ener. z Bł.: 3.63 %; K: 3596.88 mg;	Wartość energetyczna: 2298.17 kcal; Białko ogółem: 77.58 g; Tłuszcz: 67.11 g; Kw. tł. nasy.: 28.53 g; Węglowodany ogółem: 356.84 g; W tym cukry: 92.31 g; Błonnik pok.: 28.04 g; Sól: 9.36 g; WW: 33.01 Por; : 13.50 %; : 62.11 %; Ener. z T: 26.28 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 2707.88 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-10-27 do dnia 2025-11-09 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa	KAW- STO Wegetariańska
2025-11-06 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Hummus + 50 g (SOJ) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pasta z kurczaka + 50 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Hummus + 70 g (SOJ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pasta z kurczaka + 70 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Mleko 200 ml (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Hummus + 70 g (SOJ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Hummus + 70 g (SOJ) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g
	II ŚN	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE)				Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
	Obiad	Zupa selerowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL) Makaron 180 g (GLU PSZ) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 160 g (SEL) Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, seler i papryki b/c + 100 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 160 g (SEL) Cukinia gotowana + 100 g Makaron 180 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 180 g (SEL) Makaron 180 g (GLU PSZ) Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, seler i papryki b/c + 120 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 180 g (SEL) Makaron 180 g (GLU PSZ) Cukinia gotowana + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 180 g (SEL) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ) Surówka wielowarzywna z olejem b/c + 120 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Naleśniki z pieczarkami + 300 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: SOJ, SEL, GOR) Cukinia gotowana + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Bułka maślana 1 szt 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE)				Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt dr. z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Ser żółty 30 g (MLE) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt dr. z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt dr. z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Ser żółty 30 g (MLE) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt dr. z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt dr. z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser topiony 30 g (MLE) Serek ziemisty naturalny 70 g (MLE) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	
		Wartość energetyczna: 2563.79 kcal; Białko ogółem: 93.90 g; Tłuszcz: 80.81 g; Kw. tł. nasy.: 35.70 g; Węglowodany ogółem: 375.15 g; W tym cukry: 70.22 g; Błonnik pok.: 28.06 g; Sól: 11.57 g; WW: 34.81 Por; : 14.65 %; : 58.53 %; Ener. z T: 28.37 %; Ener. z Bł.: 2.19 %; K: 2398.35 mg;	Wartość energetyczna: 2460.54 kcal; Białko ogółem: 101.29 g; Tłuszcz: 70.53 g; Kw. tł. nasy.: 30.51 g; Węglowodany ogółem: 364.55 g; W tym cukry: 66.85 g; Błonnik pok.: 21.48 g; Sól: 11.71 g; WW: 34.33 Por; : 16.47 %; : 59.26 %; Ener. z T: 25.80 %; Ener. z Bł.: 1.75 %; K: 2575.26 mg;	Wartość energetyczna: 2325.27 kcal; Białko ogółem: 86.49 g; Tłuszcz: 77.99 g; Kw. tł. nasy.: 33.25 g; Węglowodany ogółem: 328.97 g; W tym cukry: 69.40 g; Błonnik pok.: 29.86 g; Sól: 11.64 g; WW: 30.05 Por; : 14.88 %; : 56.59 %; Ener. z T: 30.19 %; Ener. z Bł.: 2.57 %; K: 2696.75 mg;	Wartość energetyczna: 2218.13 kcal; Białko ogółem: 97.26 g; Tłuszcz: 67.73 g; Kw. tł. nasy.: 28.34 g; Węglowodany ogółem: 314.50 g; W tym cukry: 65.23 g; Błonnik pok.: 22.15 g; Sól: 11.86 g; WW: 29.29 Por; : 17.54 %; : 56.71 %; Ener. z T: 27.48 %; Ener. z Bł.: 2.00 %; K: 2961.77 mg;	Wartość energetyczna: 2149.74 kcal; Białko ogółem: 92.49 g; Tłuszcz: 86.33 g; Kw. tł. nasy.: 34.95 g; Węglowodany ogółem: 263.23 g; W tym cukry: 34.53 g; Błonnik pok.: 39.95 g; Sól: 14.42 g; WW: 22.43 Por; : 17.21 %; : 48.98 %; Ener. z T: 36.14 %; Ener. z Bł.: 3.72 %; K: 3104.92 mg;	Wartość energetyczna: 2373.71 kcal; Białko ogółem: 99.57 g; Tłuszcz: 90.73 g; Kw. tł. nasy.: 39.25 g; Węglowodany ogółem: 306.54 g; W tym cukry: 64.55 g; Błonnik pok.: 27.97 g; Sól: 12.67 g; WW: 27.97 Por; : 16.78 %; : 51.66 %; Ener. z T: 34.40 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 2739.83 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-10-27 do dnia 2025-11-09 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa	KAW- STO Wegetariańska
2025-11-07 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ,</u>) Twarożek brzoskwiinowy (dieta) + 50 g (<u>MLE,</u>) Śliwka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ,</u>) Twarożek brzoskwiinowy (dieta) + 50 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ,</u>) Twarożek brzoskwiinowy (dieta) + 70 g (<u>MLE,</u>) Śliwka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ,</u>) Twarożek brzoskwiinowy (dieta) + 70 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Mleko 200 ml (<u>MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek + 70 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ,</u>) Śliwka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek brzoskwiinowy (dieta) + 70 g (<u>MLE,</u>) Dżem 30 g Śliwka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g
	II ŚN	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)				Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE,</u>)	
	Obiad	Zupa brokułowa z makaronem + 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Miruna smażona 100g + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Surówka z kapusty białej i czerwonej + 100 g (<u>JAJ, GOR,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa brokułowa z makaronem + 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Miruna na parze 80g + 80 g (<u>RYB,</u>) Sos koperkowy dieta + 80 g (<u>MLE,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Fasolka szparagowa zielona + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa brokułowa z makaronem + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Miruna smażona 100g + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty białej i czerwonej + 120 g (<u>JAJ, GOR,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa brokułowa z makaronem + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Miruna na parze 80g + 80 g (<u>RYB,</u>) Sos koperkowy dieta + 80 g (<u>MLE,</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Fasolka szparagowa zielona + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Miruna na parze 80g + 80 g (<u>RYB,</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Sos koperkowy dieta + 80 g (<u>MLE,</u>) Surówka z kapusty białej i czerwonej + 120 g (<u>JAJ, GOR,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa brokułowa z makaronem + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Miruna na parze 80g + 80 g (<u>RYB,</u>) Sos koperkowy dieta + 80 g (<u>MLE,</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty białej i czerwonej + 120 g (<u>JAJ, GOR,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Biskvity 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,</u>)				Wafle ryżowe 30 g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M. 1 szt (<u>JAJ,</u>) Mięsiwo z zalewy- wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M. 1 szt (<u>JAJ,</u>) Mięsiwo z zalewy- wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Buraki gotowane súpki + 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M. 1 szt (<u>JAJ,</u>) Mięsiwo z zalewy- wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M. 1 szt (<u>JAJ,</u>) Mięsiwo z zalewy- wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Buraki gotowane súpki + 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M. 1 szt (<u>JAJ,</u>) Mięsiwo z zalewy- wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M. 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pasztet sojowy z pomidorami 70 g (<u>SOJ, GOR,</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Pasztet sojowy z pomidorami 30 g (<u>SOJ, GOR,</u>)	
		Wartość energetyczna: 2358.57 kcal; Białko ogółem: 103.80 g; Tłuszcz: 67.28 g; Kw. tł. nasy.: 28.38 g; Węglowodany ogółem: 355.38 g; W tym cukry: 105.07 g; Błonnik pok.: 24.94 g; Sól: 9.92 g; WW: 33.10 Por.; : 319.04 %; : 1249.23 %; Ener. z T: 429.04 %; Ener. z Bł.: 67.12 %; K: 2965.70 mg;	Wartość energetyczna: 2227.53 kcal; Białko ogółem: 104.01 g; Tłuszcz: 57.65 g; Kw. tł. nasy.: 28.77 g; Węglowodany ogółem: 343.65 g; W tym cukry: 106.83 g; Błonnik pok.: 21.88 g; Sól: 10.56 g; WW: 32.26 Por.; : 377.59 %; : 1120.91 %; Ener. z T: 400.23 %; Ener. z Bł.: 56.81 %; K: 2746.26 mg;	Wartość energetyczna: 2338.17 kcal; Białko ogółem: 102.52 g; Tłuszcz: 66.73 g; Kw. tł. nasy.: 27.61 g; Węglowodany ogółem: 342.52 g; W tym cukry: 81.69 g; Błonnik pok.: 26.67 g; Sól: 10.71 g; WW: 31.59 Por.; : 309.85 %; : 1150.20 %; Ener. z T: 418.11 %; Ener. z Bł.: 70.06 %; K: 3120.74 mg;	Wartość energetyczna: 2199.47 kcal; Białko ogółem: 102.82 g; Tłuszcz: 56.25 g; Kw. tł. nasy.: 27.94 g; Węglowodany ogółem: 330.66 g; W tym cukry: 82.95 g; Błonnik pok.: 23.58 g; Sól: 11.33 g; WW: 30.76 Por.; : 371.61 %; : 1026.96 %; Ener. z T: 379.74 %; Ener. z Bł.: 61.07 %; K: 2895.99 mg;	Wartość energetyczna: 2219.91 kcal; Białko ogółem: 108.49 g; Tłuszcz: 71.90 g; Kw. tł. nasy.: 29.13 g; Węglowodany ogółem: 298.92 g; W tym cukry: 46.19 g; Błonnik pok.: 33.51 g; Sól: 11.87 g; WW: 26.62 Por.; : 427.91 %; : 931.23 %; Ener. z T: 528.67 %; Ener. z Bł.: 82.34 %; K: 3519.60 mg;	Wartość energetyczna: 2353.52 kcal; Białko ogółem: 92.34 g; Tłuszcz: 75.05 g; Kw. tł. nasy.: 28.86 g; Węglowodany ogółem: 336.92 g; W tym cukry: 91.47 g; Błonnik pok.: 27.46 g; Sól: 11.15 g; WW: 30.93 Por.; : 266.74 %; : 1157.30 %; Ener. z T: 496.28 %; Ener. z Bł.: 71.99 %; K: 3107.79 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-10-27 do dnia 2025-11-09 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa	KAW- STO Wegetariańska
2025-11-08 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>może zawierać: MLE, SEL, GOR</u>) Ketchup 30 g (<u>SEL</u>) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 120 g (<u>może zawierać: MLE, SEL, GOR</u>) Ketchup 30 g (<u>SEL</u>) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek ziarnisty naturalny 70 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Mleko 200 ml (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek ziarnisty naturalny 30 g (<u>MLE</u>) Hummus paprykowy + 70 g (<u>SEZ</u>) Rzodkiew biała 50 g Cukier 30 g
	II ŚN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt				Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Hummus paprykowy + 50 g (<u>SEZ</u>)	
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Fasolka po bretońsku + 300 g (<u>SEL, GOR</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Ogórek kiszony z cebulką + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Potrawka z kurczaka + 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (<u>GLU JECZ</u>) Surówka z selera i jabłka b/c + 100 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Fasolka po bretońsku + 300 g (<u>SEL, GOR</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Ogórek kiszony z cebulką + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Potrawka z kurczaka + 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ</u>) Surówka z selera i jabłka b/c + 120 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Potrawka z kurczaka + 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza gryczana 180 g Surówka z selera i jabłka b/c + 120 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Wegetariańskie stripsy a'la kurczak + 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Dip jogurtowy naturalny + 80 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Brukselka gotowana + 120 g
	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>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 50 g (<u>MLE, GOR, S02</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor b/skórki 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 70 g (<u>MLE, GOR, S02</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor b/skórki 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Szynka drobiowa luksusowa z fileta-wędliną drobiową parzona z dodatkami wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, S02</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Miód (25g) 1 szt Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 70 g (<u>MLE, GOR, S02</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 50 g
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 30 g (<u>MLE, GOR, S02</u>)	
		Wartość energetyczna: 2681.64 kcal; Białko ogółem: 85.62 g; Tłuszcz: 91.80 g; Kw. tł. nasy.: 36.76 g; Węglowodany ogółem: 391.12 g; W tym cukry: 116.84 g; Błonnik pok.: 37.01 g; Sól: 16.19 g; WW: 35.39 Por.; 12.77 %; 58.34 %; Ener. z T: 30.81 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K: 3068.16 mg;	Wartość energetyczna: 2217.60 kcal; Białko ogółem: 82.78 g; Tłuszcz: 58.01 g; Kw. tł. nasy.: 26.19 g; Węglowodany ogółem: 353.89 g; W tym cukry: 111.98 g; Błonnik pok.: 25.85 g; Sól: 12.10 g; WW: 32.82 Por.; 14.93 %; 63.83 %; Ener. z T: 23.54 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 2266.03 mg;	Wartość energetyczna: 2919.53 kcal; Białko ogółem: 101.28 g; Tłuszcz: 114.25 g; Kw. tł. nasy.: 44.04 g; Węglowodany ogółem: 385.69 g; W tym cukry: 77.98 g; Błonnik pok.: 41.12 g; Sól: 19.35 g; WW: 34.46 Por.; 13.88 %; 52.84 %; Ener. z T: 35.22 %; Ener. z Bł.: 2.82 %; K: 3451.78 mg;	Wartość energetyczna: 2168.11 kcal; Białko ogółem: 89.64 g; Tłuszcz: 63.21 g; Kw. tł. nasy.: 28.11 g; Węglowodany ogółem: 324.24 g; W tym cukry: 73.04 g; Błonnik pok.: 29.29 g; Sól: 13.26 g; WW: 29.52 Por.; 16.54 %; 59.82 %; Ener. z T: 26.24 %; Ener. z Bł.: 2.70 %; K: 2668.65 mg;	Wartość energetyczna: 2278.33 kcal; Białko ogółem: 95.53 g; Tłuszcz: 86.45 g; Kw. tł. nasy.: 36.30 g; Węglowodany ogółem: 293.71 g; W tym cukry: 41.21 g; Błonnik pok.: 42.93 g; Sól: 12.27 g; WW: 25.14 Por.; 16.77 %; 51.57 %; Ener. z T: 34.15 %; Ener. z Bł.: 3.77 %; K: 3317.69 mg;	Wartość energetyczna: 2309.81 kcal; Białko ogółem: 83.08 g; Tłuszcz: 65.71 g; Kw. tł. nasy.: 27.34 g; Węglowodany ogółem: 362.41 g; W tym cukry: 75.81 g; Błonnik pok.: 40.70 g; Sól: 11.03 g; WW: 32.23 Por.; 14.39 %; 62.76 %; Ener. z T: 25.61 %; Ener. z Bł.: 3.52 %; K: 3778.74 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-10-27 do dnia 2025-11-09 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa	KAW- STO Wegetariańska
2025-11-09 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Serek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 50 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE</u>) Cukier 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Serek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE</u>) Cukier 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 50 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE</u>) Cukier 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE</u>) Cukier 30 g	Mleko 200 ml (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 50 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek śmietankowy naturalny 70 g (<u>MLE</u>) Dżem 30 g Papryka świeża 50 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE</u>) Cukier 30 g
	II ŚN	Śliwka 150 g				Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Paszтет z cukinii i warzyw + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	
	Obiad	Zupa dyniowa z ziemniakami + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MLE</u>) Klopsik z kurczaka + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Kapusta zasmażana + 100 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Klopsik z kurczaka + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Kalafior gotowany + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Klopsik z kurczaka + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Kapusta zasmażana + 120 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Klopsik z kurczaka + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Kalafior gotowany + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Klopsik z kurczaka + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z białej kapusty z marchwią + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Kotlet z batatów i białej fasoli + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEZ, GLU OW.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z białej kapusty z marchwią + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>)				Ciasto drożdżowe b/c 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Paszтет z cukinii i warzyw + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE</u>) Cwikła z jabłkiem b/c 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Paszтет z cukinii i warzyw + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Paszтет z cukinii i warzyw + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE</u>) Cwikła z jabłkiem b/c 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Paszтет z cukinii i warzyw + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Paszтет z cukinii i warzyw + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE</u>) Cwikła z jabłkiem b/c 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Paszтет z cukinii i warzyw + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Cwikła z jabłkiem b/c 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g	
		Wartość energetyczna: 2310.06 kcal; Białko ogółem: 91.63 g; Tłuszcz: 80.31 g; Kw. tł. nasy.: 36.75 g; Węglowodany ogółem: 314.57 g; W tym cukry: 70.50 g; Błonnik pok.: 26.14 g; Sól: 10.82 g; WW: 28.95 Por.; : 15.87 %; : 54.47 %; Ener. z T: 31.29 %; Ener. z Bł.: 2.26 %; K: 3192.76 mg;	Wartość energetyczna: 2264.76 kcal; Białko ogółem: 92.88 g; Tłuszcz: 76.86 g; Kw. tł. nasy.: 36.20 g; Węglowodany ogółem: 308.32 g; W tym cukry: 65.76 g; Błonnik pok.: 22.61 g; Sól: 10.66 g; WW: 28.65 Por.; : 16.40 %; : 54.46 %; Ener. z T: 30.54 %; Ener. z Bł.: 2.00 %; K: 2979.39 mg;	Wartość energetyczna: 2099.74 kcal; Białko ogółem: 73.31 g; Tłuszcz: 75.64 g; Kw. tł. nasy.: 35.14 g; Węglowodany ogółem: 292.75 g; W tym cukry: 68.06 g; Błonnik pok.: 27.77 g; Sól: 11.50 g; WW: 26.56 Por.; : 13.96 %; : 55.77 %; Ener. z T: 32.42 %; Ener. z Bł.: 2.65 %; K: 3462.34 mg;	Wartość energetyczna: 2047.34 kcal; Białko ogółem: 74.76 g; Tłuszcz: 71.56 g; Kw. tł. nasy.: 34.49 g; Węglowodany ogółem: 286.02 g; W tym cukry: 63.25 g; Błonnik pok.: 24.34 g; Sól: 11.35 g; WW: 26.20 Por.; : 14.61 %; : 55.88 %; Ener. z T: 31.46 %; Ener. z Bł.: 2.38 %; K: 3245.90 mg;	Wartość energetyczna: 2592.42 kcal; Białko ogółem: 95.58 g; Tłuszcz: 95.22 g; Kw. tł. nasy.: 41.85 g; Węglowodany ogółem: 326.29 g; W tym cukry: 55.22 g; Błonnik pok.: 40.06 g; Sól: 13.43 g; WW: 28.77 Por.; : 14.75 %; : 50.35 %; Ener. z T: 33.06 %; Ener. z Bł.: 3.09 %; K: 4327.73 mg;	Wartość energetyczna: 2279.96 kcal; Białko ogółem: 57.96 g; Tłuszcz: 88.00 g; Kw. tł. nasy.: 36.83 g; Węglowodany ogółem: 326.27 g; W tym cukry: 82.25 g; Błonnik pok.: 31.04 g; Sól: 9.66 g; WW: 29.59 Por.; : 10.17 %; : 57.24 %; Ener. z T: 34.74 %; Ener. z Bł.: 2.72 %; K: 3693.66 mg;

Oznaczenia wskaźników odż.:

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