

Jadłospisy za okres od dnia 2025-10-13 do dnia 2025-10-26 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa	KAW- STO Wegetariańska
2025-10-13 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) 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.) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 30 g Ser mozzarella 50 g (MLE.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) 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 od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 30 g Ser mozzarella 50 g (MLE.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU JECZ.) 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.) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 30 g Ser mozzarella 70 g (MLE.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU JECZ.) 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 od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 30 g Ser mozzarella 70 g (MLE.) 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.) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 30 g Ser mozzarella 70 g (MLE.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU JECZ.) 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 mozzarella 70 g (MLE.) Pasta z groszku zielonego + 30 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g
	II ŚN	Banan 150 g				Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.)	
	Obiad	Zupa jarzynowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Naleśniki 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Prażone jabłka + 80 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Surówka z marchwi b/c + 100 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Makaron 160 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Prażone jabłka + 80 g Surówka z marchwi b/c + 100 g Masa serowa do makaronu + 100 g (MLE.)	Zupa jarzynowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Masa serowa do makaronu + 100 g (MLE.) Prażone jabłka + 80 g Makaron 180 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi b/c + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml		Zupa jarzynowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Szynka pieczona w plasterach + 80 g Sos koperkowy dieta + 80 g (MLE.) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi b/c + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Masa serowa do makaronu + 100 g (MLE.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Prażone jabłka + 80 g
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml				Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	
	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 kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Papryka świeża 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 kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) 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.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Papryka świeża 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 kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, 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.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Papryka świeża 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.) Hummus + 70 g (SOJ.) Paszтет sojowy z pomidorami 30 g (SOJ, GOR.) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka delikatesowa- produkt dr. grubo rozdr. parz 30 g	
		Wartość energetyczna: 2575.98 kcal; Białko ogółem: 82.05 g; Tłuszcz: 88.33 g; Kw. tł. nasy.: 29.60 g; Węglowodany ogółem: 377.15 g; W tym cukry: 135.75 g; Błonnik pok.: 27.85 g; Sól: 9.25 g; WW: 35.04 Por; : 12.74 %; : 58.56 %; Ener. z T: 30.86 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 2728.50 mg;	Wartość energetyczna: 2578.15 kcal; Białko ogółem: 97.47 g; Tłuszcz: 77.70 g; Kw. tł. nasy.: 30.35 g; Węglowodany ogółem: 384.28 g; W tym cukry: 135.15 g; Błonnik pok.: 24.46 g; Sól: 9.20 g; WW: 36.06 Por; : 15.12 %; : 59.62 %; Ener. z T: 27.12 %; Ener. z Bł.: 1.90 %; K: 2601.04 mg;	Wartość energetyczna: 2565.16 kcal; Białko ogółem: 110.77 g; Tłuszcz: 91.46 g; Kw. tł. nasy.: 33.48 g; Węglowodany ogółem: 338.65 g; W tym cukry: 85.86 g; Błonnik pok.: 28.98 g; Sól: 10.55 g; WW: 31.03 Por; : 17.27 %; : 52.81 %; Ener. z T: 27.12 %; Ener. z Bł.: 2.26 %; K: 2649.29 mg;	Wartość energetyczna: 2567.70 kcal; Białko ogółem: 111.36 g; Tłuszcz: 91.11 g; Kw. tł. nasy.: 33.42 g; Węglowodany ogółem: 337.78 g; W tym cukry: 83.02 g; Błonnik pok.: 25.43 g; Sól: 10.47 g; WW: 31.28 Por; : 17.35 %; : 52.62 %; Ener. z T: 31.93 %; Ener. z Bł.: 1.98 %; K: 2454.74 mg;	Wartość energetyczna: 2519.17 kcal; Białko ogółem: 126.27 g; Tłuszcz: 99.70 g; Kw. tł. nasy.: 36.01 g; Węglowodany ogółem: 293.56 g; W tym cukry: 52.37 g; Błonnik pok.: 39.72 g; Sól: 12.51 g; WW: 25.51 Por; : 20.05 %; : 46.61 %; Ener. z T: 35.62 %; Ener. z Bł.: 3.15 %; K: 3209.36 mg;	Wartość energetyczna: 2398.42 kcal; Białko ogółem: 89.42 g; Tłuszcz: 80.21 g; Kw. tł. nasy.: 26.84 g; Węglowodany ogółem: 339.87 g; W tym cukry: 80.68 g; Błonnik pok.: 28.56 g; Sól: 8.43 g; WW: 31.23 Por; : 14.91 %; : 56.68 %; Ener. z T: 30.10 %; Ener. z Bł.: 2.38 %; K: 2209.58 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-10-13 do dnia 2025-10-26 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa	KAW- STO Wegetariańska
2025-10-14 wtorek	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) Piers 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) Ogórek kiszony 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) Piers 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) Sałata zielona 20 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) Piers 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) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 20 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) Piers 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) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Mleko 200 ml (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Piers 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) Ogórek kiszony 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) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Piers 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) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g
	II ŚN	Brzoskwinia 1 szt 1 szt				Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g	
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL) Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 90 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pomidorowy + 80 g Kasza jęczmienna/sypko 160 g (GLU JECZ) Surówka z rzodkwi białej i jabłka + 100 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL) Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 90 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pomidorowy + 80 g Kasza jęczmienna/sypko 160 g (GLU JECZ) Brokuł gotowany + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 90 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pomidorowy + 80 g Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ) Surówka z rzodkwi białej i jabłka + 120 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 90 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pomidorowy + 80 g Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ) Brokuł gotowany + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 90 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pomidorowy + 80 g Kasza gryczana 180 g Surówka z rzodkwi białej i jabłka + 120 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Burger z soczewicy pieczony + 100 g (GLU PSZ, MLE) Sos pomidorowy + 80 g Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ) Surówka z rzodkwi białej i jabłka + 120 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE)				Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR) Serek wiejski ziamisty 50 g (MLE) Surówka z marchwi i selera naciowego z olejem 50 g (SEL) 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 od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR) Serek ziamisty naturalny 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 od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR) Serek wiejski ziamisty 70 g (MLE) Surówka z marchwi i selera naciowego z olejem 50 g (SEL) 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 od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR) Serek ziamisty naturalny 70 g (MLE) Surówka z marchwi i selera naciowego z olejem 50 g (SEL) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR) Serek ziamisty naturalny 70 g (MLE) Surówka z marchwi i selera naciowego z olejem 50 g (SEL) 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) Dżem 30 g Serek ziamisty naturalny 70 g (MLE) Surówka z marchwi i selera naciowego z olejem 50 g (SEL) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2)	
		Wartość energetyczna: 2123.53 kcal; Białko ogółem: 84.61 g; Tłuszcz: 64.88 g; Kw. tł. nasy.: 29.32 g; Węglowodany ogółem: 310.35 g; W tym cukry: 73.14 g; Błonnik pok.: 25.89 g; Sól: 11.48 g; WW: 28.44 Por.; : 15.94 %; : 58.46 %; Ener. z T: 27.50 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 2369.02 mg;	Wartość energetyczna: 2098.17 kcal; Białko ogółem: 87.52 g; Tłuszcz: 60.76 g; Kw. tł. nasy.: 29.47 g; Węglowodany ogółem: 308.61 g; W tym cukry: 67.93 g; Błonnik pok.: 23.29 g; Sól: 10.29 g; WW: 28.51 Por.; : 16.69 %; : 58.83 %; Ener. z T: 26.06 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 2457.50 mg;	Wartość energetyczna: 2157.49 kcal; Białko ogółem: 85.33 g; Tłuszcz: 65.89 g; Kw. tł. nasy.: 28.62 g; Węglowodany ogółem: 316.34 g; W tym cukry: 73.75 g; Błonnik pok.: 26.57 g; Sól: 12.43 g; WW: 28.97 Por.; : 15.82 %; : 58.65 %; Ener. z T: 27.49 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 2562.70 mg;	Wartość energetyczna: 2128.11 kcal; Białko ogółem: 88.55 g; Tłuszcz: 61.38 g; Kw. tł. nasy.: 28.93 g; Węglowodany ogółem: 314.03 g; W tym cukry: 67.18 g; Błonnik pok.: 24.13 g; Sól: 11.19 g; WW: 28.96 Por.; : 16.64 %; : 59.02 %; Ener. z T: 25.96 %; Ener. z Bł.: 2.27 %; K: 2677.03 mg;	Wartość energetyczna: 2142.73 kcal; Białko ogółem: 102.14 g; Tłuszcz: 76.52 g; Kw. tł. nasy.: 34.32 g; Węglowodany ogółem: 280.12 g; W tym cukry: 37.97 g; Błonnik pok.: 36.10 g; Sól: 13.55 g; WW: 24.36 Por.; : 19.07 %; : 52.29 %; Ener. z T: 32.14 %; Ener. z Bł.: 3.37 %; K: 2894.14 mg;	Wartość energetyczna: 2308.78 kcal; Białko ogółem: 76.33 g; Tłuszcz: 71.11 g; Kw. tł. nasy.: 31.77 g; Węglowodany ogółem: 353.64 g; W tym cukry: 84.81 g; Błonnik pok.: 31.11 g; Sól: 10.52 g; WW: 32.26 Por.; : 13.22 %; : 61.27 %; Ener. z T: 27.72 %; Ener. z Bł.: 2.70 %; K: 2684.31 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-10-13 do dnia 2025-10-26 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa	KAW- STO Wegetariańska
2025-10-15 środa	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 z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Pasta z morszczuka + 50 g (<u>RYB.</u>)	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 z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Pasta z morszczuka + 50 g (<u>RYB.</u>)	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 z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Pasta z morszczuka + 70 g (<u>RYB.</u>)	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 z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Pasta z morszczuka + 70 g (<u>RYB.</u>)	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 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 Pasta z morszczuka + 70 g (<u>RYB.</u>)	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>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g
	II ŚN	Śliwka 150 g	Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Filet z kurczaka gotowany 30 g	
	Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Gulasz wieprzowy (dieta) + 150 g Ryż na sypko (brązowy) 160 g Surówka z selera i brzoskwini b/c + 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Gulasz wieprzowy (dieta) + 150 g Ryż na sypko 160 g Surówka z selera i brzoskwini b/c + 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Gulasz wieprzowy (dieta) + 150 g Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z selera i brzoskwini b/c + 120 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Gulasz wieprzowy (dieta) + 150 g Ryż na sypko 180 g Surówka z selera i brzoskwini b/c + 120 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Pulpbet wieprzowo-ryżowy + 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy + 80 g Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z selera i brzoskwini b/c + 120 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Kokosowy dhał z zieloną soczewicą + 300 g (<u>MLE, GOR.</u>) Ryż na sypko 180 g Surówka z selera i brzoskwini b/c + 120 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt				Śliwka 150 g	
	Kolacja	Salatka z makaronem pełnoziarnistym z kurczakiem i warzywami + 100 g (<u>GLU PSZ.</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 drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Buraki gotowane słupki + 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Salatka makaronowa z warzywami i szynką dieta + 100 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</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 drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Buraki gotowane słupki + 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Salatka z makaronem pełnoziarnistym z kurczakiem i warzywami + 100 g (<u>GLU PSZ.</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 drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Buraki gotowane słupki + 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Salatka makaronowa z warzywami i szynką dieta + 100 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</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 drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Buraki gotowane słupki + 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Salatka z makaronem pełnoziarnistym z kurczakiem i warzywami + 100 g (<u>GLU PSZ.</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 Buraki gotowane słupki + 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Salatka makaronowa z warzywami (dieta) + 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</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>) Tofu 70 g (<u>SOJ.</u>) Twarożek pomidorowy + 30 g (<u>MLE.</u>) Buraki gotowane słupki + 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE.</u>)	
		Wartość energetyczna: 2454.63 kcal; Białko ogółem: 88.48 g; Tłuszcz: 80.55 g; Kw. tł. nasy.: 28.96 g; Węglowodany ogółem: 348.46 g; W tym cukry: 102.59 g; Błonnik pok.: 31.38 g; Sól: 11.12 g; WW: 31.72 Por; : 14.42 %; : 56.78 %; Ener. z T: 29.53 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 2995.54 mg;	Wartość energetyczna: 2429.09 kcal; Białko ogółem: 86.68 g; Tłuszcz: 74.02 g; Kw. tł. nasy.: 28.08 g; Węglowodany ogółem: 359.33 g; W tym cukry: 103.82 g; Błonnik pok.: 24.93 g; Sól: 11.31 g; WW: 33.45 Por; : 14.27 %; : 59.17 %; Ener. z T: 27.43 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 2649.55 mg;	Wartość energetyczna: 2489.07 kcal; Białko ogółem: 95.22 g; Tłuszcz: 86.76 g; Kw. tł. nasy.: 30.76 g; Węglowodany ogółem: 337.20 g; W tym cukry: 76.90 g; Błonnik pok.: 32.18 g; Sól: 12.22 g; WW: 30.53 Por; : 15.30 %; : 54.19 %; Ener. z T: 31.37 %; Ener. z Bł.: 2.59 %; K: 3144.51 mg;	Wartość energetyczna: 2461.71 kcal; Białko ogółem: 93.70 g; Tłuszcz: 79.97 g; Kw. tł. nasy.: 29.84 g; Węglowodany ogółem: 347.86 g; W tym cukry: 76.73 g; Błonnik pok.: 24.63 g; Sól: 12.39 g; WW: 32.36 Por; : 15.23 %; : 56.52 %; Ener. z T: 29.24 %; Ener. z Bł.: 2.00 %; K: 2897.60 mg;	Wartość energetyczna: 2496.95 kcal; Białko ogółem: 110.37 g; Tłuszcz: 88.57 g; Kw. tł. nasy.: 32.33 g; Węglowodany ogółem: 326.54 g; W tym cukry: 57.67 g; Błonnik pok.: 45.81 g; Sól: 13.06 g; WW: 28.13 Por; : 17.68 %; : 52.31 %; Ener. z T: 31.92 %; Ener. z Bł.: 3.67 %; K: 3970.87 mg;	Wartość energetyczna: 2927.62 kcal; Białko ogółem: 89.25 g; Tłuszcz: 108.17 g; Kw. tł. nasy.: 39.83 g; Węglowodany ogółem: 408.54 g; W tym cukry: 83.60 g; Błonnik pok.: 36.03 g; Sól: 11.75 g; WW: 37.45 Por; : 12.19 %; : 55.82 %; Ener. z T: 33.25 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 3337.12 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-10-13 do dnia 2025-10-26 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa	KAW- STO Wegetariańska
2025-10-16 czwartek	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>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>) Dżem 30 g Ogórek kiszony 50 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>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>) Dżem 30 g Sałata zielona 20 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>) 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-wędłina drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, S02,</u>) Twarożek różany + 70 g (<u>MLE,</u>) Ogórek kiszony 50 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 drobiowa luksusowa z fileta-wędłina drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, S02,</u>) Twarożek różany + 70 g (<u>MLE,</u>) Sałata 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>) Szynka drobiowa luksusowa z fileta-wędłina drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, S02,</u>) Twarożek + 70 g (<u>MLE,</u>) Ogórek kiszony 50 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 różany + 70 g (<u>MLE,</u>) Pasztet sojowy z pomidorami 30 g (<u>SOJ, GOR,</u>) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g
	II ŚN	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</u>)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g	
	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 80 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 100 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sos własny + 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>)	Zupa pomidorowa z ryżem + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 80 g Sos dyniowy + 80 g (<u>MLE,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Kalafior gotowany + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa pomidorowa z ryżem + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 80 g Sos własny + 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 120 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa pomidorowa z ryżem + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 80 g Sos dyniowy + 80 g (<u>MLE,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Kalafior gotowany + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa pomidorowa + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko (brązowy) 50 g Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 80 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 120 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa pomidorowa z ryżem + 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 kapusty pekińskiej, kukurydzą, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 120 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Jogurt truskawkowy 150g 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>) Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Ser żółty 50 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>) Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Serek homo. naturalny 70 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>) Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Serek homo. naturalny 70 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>) Pasta z fasoli z cebulką + 30 g Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE,</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>) Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 50 g	
		Wartość energetyczna: 2490.76 kcal; Białko ogółem: 104.30 g; Tłuszcz: 77.66 g; Kw. tł. nasy.: 39.47 g; Węglowodany ogółem: 351.58 g; W tym cukry: 94.52 g; Błonnik pok.: 21.40 g; Sól: 10.52 g; WW: 33.16 Por; : 16.75 %; : 56.46 %; Ener. z T: 28.06 %; Ener. z Bł.: 1.72 %; K: 3083.30 mg;	Wartość energetyczna: 2326.62 kcal; Białko ogółem: 100.26 g; Tłuszcz: 63.80 g; Kw. tł. nasy.: 29.67 g; Węglowodany ogółem: 348.02 g; W tym cukry: 94.54 g; Błonnik pok.: 20.54 g; Sól: 10.85 g; WW: 32.83 Por; : 17.24 %; : 59.83 %; Ener. z T: 24.68 %; Ener. z Bł.: 1.77 %; K: 3159.87 mg;	Wartość energetyczna: 2255.79 kcal; Białko ogółem: 94.46 g; Tłuszcz: 61.56 g; Kw. tł. nasy.: 29.08 g; Węglowodany ogółem: 317.53 g; W tym cukry: 78.70 g; Błonnik pok.: 21.31 g; Sól: 9.79 g; WW: 29.71 Por; : 16.75 %; : 56.31 %; Ener. z T: 24.56 %; Ener. z Bł.: 1.89 %; K: 3213.16 mg;	Wartość energetyczna: 2223.07 kcal; Białko ogółem: 95.89 g; Tłuszcz: 60.97 g; Kw. tł. nasy.: 28.61 g; Węglowodany ogółem: 313.13 g; W tym cukry: 78.43 g; Błonnik pok.: 20.64 g; Sól: 9.56 g; WW: 29.29 Por; : 17.25 %; : 56.34 %; Ener. z T: 24.68 %; Ener. z Bł.: 1.86 %; K: 3298.65 mg;	Wartość energetyczna: 2054.51 kcal; Białko ogółem: 112.30 g; Tłuszcz: 64.93 g; Kw. tł. nasy.: 29.04 g; Węglowodany ogółem: 264.90 g; W tym cukry: 33.74 g; Błonnik pok.: 35.06 g; Sól: 11.41 g; WW: 23.09 Por; : 21.86 %; : 51.57 %; Ener. z T: 28.44 %; Ener. z Bł.: 3.41 %; K: 4079.48 mg;	Wartość energetyczna: 2470.20 kcal; Białko ogółem: 78.59 g; Tłuszcz: 63.59 g; Kw. tł. nasy.: 28.75 g; Węglowodany ogółem: 394.23 g; W tym cukry: 98.94 g; Błonnik pok.: 27.42 g; Sól: 9.32 g; WW: 36.78 Por; : 12.73 %; : 63.84 %; Ener. z T: 23.17 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 3391.93 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-10-13 do dnia 2025-10-26 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa	KAW- STO Wegetariańska
2025-10-17 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>) Schab z zalewy- wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>) Śliwka 150 g 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>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Schab z zalewy- wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Schab z zalewy- wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE,</u>) Śliwka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Schab z zalewy- wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Twaróg półtłusty 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>) Schab z zalewy- wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE,</u>) Śliwka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE,</u>) Śliwka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g
	II ŚN	Krakersy 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, GLU JĘCZ,</u>)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ,</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 czerwonej kapusty z olejem b/c + 100 g (<u>MLE, S02,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa brokułowa z makaronem + 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Pulpet z morskczuka + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos cytrynowy + 80 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Warzywa po grecku + 100 g (<u>SEL,</u>) 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 z koperkiem gotowane 180 g Surówka z czerwonej kapusty z olejem b/c + 120 g (<u>MLE, S02,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa brokułowa z makaronem + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Pulpet z morskczuka + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos cytrynowy + 80 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Warzywa po grecku + 120 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa brokułowa + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Pulpet z morskczuka + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos cytrynowy + 80 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z czerwonej kapusty z olejem b/c + 120 g (<u>MLE, S02,</u>) 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 z koperkiem gotowane 180 g Surówka z czerwonej kapusty z olejem b/c + 120 g (<u>MLE, S02,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE,</u>)				Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (<u>MLE,</u>)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (<u>JAJ, 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>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki + 70 g (<u>JAJ, 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>) Pasta z jaj z natką pietruszki + 70 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pasta z pieczonych warzyw + 30 g (<u>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>) Pasta z pieczonych warzyw + 30 g (<u>SEL,</u>) Serek ziarnisty naturalny 70 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g	
		Wartość energetyczna: 2492.62 kcal; Białko ogółem: 99.09 g; Tłuszcz: 76.44 g; Kw. tł. nasy.: 29.48 g; Węglowodany ogółem: 360.59 g; W tym cukry: 95.66 g; Błonnik pok.: 25.02 g; Sól: 11.15 g; WW: 33.57 Por; : 15.90 %; : 57.87 %; Ener. z T: 27.60 %; Ener. z Bł.: 2.01 %; K: 2868.47 mg;	Wartość energetyczna: 2486.98 kcal; Białko ogółem: 94.28 g; Tłuszcz: 79.64 g; Kw. tł. nasy.: 35.66 g; Węglowodany ogółem: 352.89 g; W tym cukry: 97.62 g; Błonnik pok.: 21.70 g; Sól: 11.23 g; WW: 33.18 Por; : 15.16 %; : 56.76 %; Ener. z T: 28.82 %; Ener. z Bł.: 1.75 %; K: 2964.66 mg;	Wartość energetyczna: 2365.16 kcal; Białko ogółem: 101.39 g; Tłuszcz: 74.37 g; Kw. tł. nasy.: 29.25 g; Węglowodany ogółem: 332.28 g; W tym cukry: 78.03 g; Błonnik pok.: 26.79 g; Sól: 11.47 g; WW: 30.56 Por; : 17.15 %; : 56.20 %; Ener. z T: 28.30 %; Ener. z Bł.: 2.27 %; K: 3018.04 mg;	Wartość energetyczna: 2354.24 kcal; Białko ogółem: 96.54 g; Tłuszcz: 77.18 g; Kw. tł. nasy.: 35.41 g; Węglowodany ogółem: 324.04 g; W tym cukry: 79.80 g; Błonnik pok.: 23.44 g; Sól: 11.52 g; WW: 30.11 Por; : 16.40 %; : 55.06 %; Ener. z T: 29.51 %; Ener. z Bł.: 1.99 %; K: 3110.68 mg;	Wartość energetyczna: 2393.94 kcal; Białko ogółem: 104.11 g; Tłuszcz: 89.10 g; Kw. tł. nasy.: 39.40 g; Węglowodany ogółem: 307.46 g; W tym cukry: 67.35 g; Błonnik pok.: 40.46 g; Sól: 12.62 g; WW: 26.80 Por; : 17.40 %; : 51.37 %; Ener. z T: 33.50 %; Ener. z Bł.: 3.38 %; K: 4057.39 mg;	Wartość energetyczna: 2315.68 kcal; Białko ogółem: 96.62 g; Tłuszcz: 70.17 g; Kw. tł. nasy.: 29.68 g; Węglowodany ogółem: 335.06 g; W tym cukry: 79.00 g; Błonnik pok.: 28.13 g; Sól: 10.04 g; WW: 30.68 Por; : 16.69 %; : 57.88 %; Ener. z T: 27.27 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 3111.37 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-10-13 do dnia 2025-10-26 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa	KAW- STO Wegetariańska
2025-10-18 sobota	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) Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 60 g (może zawierać: MLE, SEL, GOR) Paszтет z soczewicy + 30 g (JAJ) Ketchup 30 g (SEL) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Ser mozzarella 50 g (MLE) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 120 g (może zawierać: MLE, SEL, GOR) Ketchup 30 g (SEL) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Ser mozzarella 70 g (MLE) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Mleko 200 ml (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Paszтет z soczewicy + 70 g (JAJ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Paszтет z soczewicy + 30 g (JAJ) Ser mozzarella 70 g (MLE) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g
	II ŚN	Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ)				Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Filet zapiekany drobiowy 30 g (MLE)	
	Obiad	Zupa krem z dyni + 300 g (SOJ, SEL) Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ) Pyzy z mięsem wieprzowym dieta + 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Sos brokułowy- dieta + 80 g (MLE) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa krem z dyni + 300 g (SOJ, SEL) Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ) Pyzy z mięsem wieprzowym dieta + 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Sos brokułowy- dieta + 80 g (MLE) Seler gotowany + 100 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa krem z dyni + 400 g (SOJ, SEL) Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ) Pyzy z mięsem wieprzowym dieta + 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Sos brokułowy- dieta + 80 g (MLE) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa krem z dyni + 400 g (SOJ, SEL) Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ) Pyzy z mięsem wieprzowym dieta + 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Sos brokułowy- dieta + 80 g (MLE) Seler gotowany + 120 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 400 g (MLE, SEL) Podudzie z kurczaka pieczone paprykowe + 150 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa krem z dyni + 400 g (SOJ, SEL) Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ) Pyzy z farszem szpinakowym z serem + 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Sos brokułowy- dieta + 80 g (MLE) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml				Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 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) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02) Porzeczkowy twarożek + 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 krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02) Porzeczkowy twarożek + 70 g (MLE) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Chleb żytni razowy 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02) Twarożek + 70 g (MLE) 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) Konserva sterylizowana sojowa z papryką 30 g (SOJ, GOR) Porzeczkowy twarożek + 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) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ)	
		Wartość energetyczna: 2676.46 kcal; Białko ogółem: 84.57 g; Tłuszcz: 86.22 g; Kw. tł. nasy.: 34.07 g; Węglowodany ogółem: 407.74 g; W tym cukry: 105.64 g; Błonnik pok.: 27.50 g; Sól: 12.01 g; WW: 38.10 Por; : 12.64 %; : 60.94 %; Ener. z T: 28.99 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 3282.95 mg;	Wartość energetyczna: 2540.70 kcal; Białko ogółem: 95.11 g; Tłuszcz: 74.19 g; Kw. tł. nasy.: 27.88 g; Węglowodany ogółem: 392.82 g; W tym cukry: 92.22 g; Błonnik pok.: 24.85 g; Sól: 10.15 g; WW: 36.90 Por; : 14.97 %; : 61.84 %; Ener. z T: 26.28 %; Ener. z Bł.: 1.96 %; K: 3107.78 mg;	Wartość energetyczna: 2739.29 kcal; Białko ogółem: 92.41 g; Tłuszcz: 101.66 g; Kw. tł. nasy.: 40.79 g; Węglowodany ogółem: 373.48 g; W tym cukry: 83.61 g; Błonnik pok.: 28.80 g; Sól: 14.00 g; WW: 34.53 Por; : 13.49 %; : 54.54 %; Ener. z T: 33.40 %; Ener. z Bł.: 2.10 %; K: 3526.07 mg;	Wartość energetyczna: 2536.14 kcal; Białko ogółem: 105.58 g; Tłuszcz: 80.13 g; Kw. tł. nasy.: 29.26 g; Węglowodany ogółem: 361.29 g; W tym cukry: 68.54 g; Błonnik pok.: 27.79 g; Sól: 10.87 g; WW: 33.45 Por; : 16.65 %; : 56.98 %; Ener. z T: 28.44 %; Ener. z Bł.: 2.19 %; K: 3483.04 mg;	Wartość energetyczna: 2372.29 kcal; Białko ogółem: 115.10 g; Tłuszcz: 89.75 g; Kw. tł. nasy.: 34.83 g; Węglowodany ogółem: 293.72 g; W tym cukry: 39.78 g; Błonnik pok.: 35.52 g; Sól: 10.93 g; WW: 25.96 Por; : 19.41 %; : 49.53 %; Ener. z T: 34.05 %; Ener. z Bł.: 2.99 %; K: 4052.10 mg;	Wartość energetyczna: 2525.87 kcal; Białko ogółem: 85.36 g; Tłuszcz: 82.92 g; Kw. tł. nasy.: 26.22 g; Węglowodany ogółem: 369.48 g; W tym cukry: 80.01 g; Błonnik pok.: 30.39 g; Sól: 10.08 g; WW: 33.97 Por; : 13.52 %; : 58.51 %; Ener. z T: 29.54 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 3363.33 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-10-13 do dnia 2025-10-26 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa	KAW- STO Wegetariańska
2025-10-19 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>) 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>) Papryka świeża 50 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u>) Cukier 30 g Pasta z kurczaka i warzyw + 50 g (<u>SEL.</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>) 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>) Salata zielona 20 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u>) Cukier 30 g Pasta z kurczaka i warzyw + 50 g (<u>SEL.</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>) 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>) Papryka świeża 50 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u>) Cukier 30 g Pasta z kurczaka i warzyw + 70 g (<u>SEL.</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>) 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>) Salata zielona 20 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u>) Cukier 30 g Pasta z kurczaka i warzyw + 70 g (<u>SEL.</u>)	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>) Hummus + 70 g (<u>SOJ.</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>) Papryka świeża 50 g Pasta z kurczaka i warzyw + 70 g (<u>SEL.</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>) Hummus + 70 g (<u>SOJ.</u>) Papryka świeża 50 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u>) Cukier 30 g
	II ŚN	Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Krupnik jęczmienny + 300 g (<u>SOJ, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Kotlet z kurczaka nadziewany serem + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, selera i papryki + 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny + 300 g (<u>SOJ, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Pulpet z kurczaka z nadzieniem pomidorowym + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sos koperkowy dieta + 80 g (<u>MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny + 400 g (<u>SOJ, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Kotlet z kurczaka nadziewany serem + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, selera i papryki + 120 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny + 400 g (<u>SOJ, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Pulpet z kurczaka z nadzieniem pomidorowym + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sos koperkowy dieta + 80 g (<u>MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet warzyw gotowanych + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny + 400 g (<u>SOJ, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Pulpet z kurczaka z nadzieniem pomidorowym + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sos koperkowy dieta + 80 g (<u>MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, selera i papryki + 120 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny + 400 g (<u>SOJ, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Zapiekanka ziemniaczana z pieczarką, papryką kolorową, ogórkiem konserwowym i kukurydzą + 300 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, selera i papryki + 120 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>)				Jabłko 150 g	
	Kolacja	Sałatka z ryżem, szynką oraz pieczonymi burakami i marchewką (dieta) + 100 g (<u>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>) 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>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</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>) Wege pasztet warzywno-soczewicowy + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sałatka z pęczaku,ciociorki,ogórka i papryki 100 g (<u>GLU JĘCZ.</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>) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 30 g	
		Wartość energetyczna: 2287.22 kcal; Białko ogółem: 82.65 g; Tłuszcz: 70.17 g; Kw. tł. nasy.: 29.89 g; Węglowodany ogółem: 342.87 g; W tym cukry: 88.67 g; Błonnik pok.: 27.76 g; Sól: 12.16 g; WW: 31.64 Por; : 14.45 %; : 59.96 %; Ener. z T: 27.61 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 3430.89 mg;	Wartość energetyczna: 2210.66 kcal; Białko ogółem: 84.11 g; Tłuszcz: 63.29 g; Kw. tł. nasy.: 28.72 g; Węglowodany ogółem: 335.58 g; W tym cukry: 83.42 g; Błonnik pok.: 24.44 g; Sól: 12.21 g; WW: 31.16 Por; : 15.22 %; : 60.72 %; Ener. z T: 25.77 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 3381.99 mg;	Wartość energetyczna: 2057.43 kcal; Białko ogółem: 77.26 g; Tłuszcz: 63.54 g; Kw. tł. nasy.: 26.60 g; Węglowodany ogółem: 307.83 g; W tym cukry: 69.16 g; Błonnik pok.: 29.03 g; Sól: 12.77 g; WW: 27.94 Por; : 15.02 %; : 59.85 %; Ener. z T: 27.79 %; Ener. z Bł.: 2.82 %; K: 3507.00 mg;	Wartość energetyczna: 1969.84 kcal; Białko ogółem: 78.97 g; Tłuszcz: 55.67 g; Kw. tł. nasy.: 25.36 g; Węglowodany ogółem: 299.73 g; W tym cukry: 63.20 g; Błonnik pok.: 25.66 g; Sól: 12.76 g; WW: 27.38 Por; : 16.04 %; : 60.86 %; Ener. z T: 25.44 %; Ener. z Bł.: 2.61 %; K: 3467.13 mg;	Wartość energetyczna: 2199.63 kcal; Białko ogółem: 92.18 g; Tłuszcz: 81.07 g; Kw. tł. nasy.: 34.35 g; Węglowodany ogółem: 295.11 g; W tym cukry: 52.77 g; Błonnik pok.: 45.72 g; Sól: 13.55 g; WW: 25.02 Por; : 16.76 %; : 53.67 %; Ener. z T: 33.17 %; Ener. z Bł.: 4.16 %; K: 4015.49 mg;	Wartość energetyczna: 2361.12 kcal; Białko ogółem: 72.43 g; Tłuszcz: 93.88 g; Kw. tł. nasy.: 26.47 g; Węglowodany ogółem: 316.05 g; W tym cukry: 70.87 g; Błonnik pok.: 37.01 g; Sól: 11.70 g; WW: 27.99 Por; : 12.27 %; : 53.54 %; Ener. z T: 35.78 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 3033.74 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-10-13 do dnia 2025-10-26 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa	KAW- STO Wegetariańska
2025-10-20 poniedziałek	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</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- wędliną drobiową parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, S02</u> ,) Paszтет wieprzowy z żurawiną + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u> ,) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</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- wędliną drobiową parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, S02</u> ,) Twarożek z natką pietruszki + 50 g (<u>MLE</u> ,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Kasza jaglana na mleku 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</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- wędliną drobiową parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, S02</u> ,) Paszтет wieprzowy z żurawiną + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u> ,) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Kasza jaglana na mleku 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</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- wędliną drobiową parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, S02</u> ,) Twarożek z natką pietruszki + 70 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> ,) Szynka drobiowa luksusowa z fileta- wędliną drobiową parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, S02</u> ,) Twarożek z natką pietruszki + 70 g (<u>MLE</u> ,) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</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> ,) Pasta z fasoli z cebulką + 30 g Twarożek z natką pietruszki + 70 g (<u>MLE</u> ,) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g
	II SN	Chrupki kukurydziane 20 g				Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u> ,)	
	Obiad	Zupa ziemniaczana + 300 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Gulasz z ciecierzycą, pieczarkami, papryką i cukinią + 150 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL, S02</u> ,) Ryż na sypko 160 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 300 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Sos jarzynowo-drobiowy + 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u> ,) Ryż na sypko 160 g Fasolka szparagowa żółta + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 400 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Gulasz z ciecierzycą, pieczarkami, papryką i cukinią + 150 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL, S02</u> ,) Ryż na sypko 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 400 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Sos jarzynowo-drobiowy + 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u> ,) Ryż na sypko 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> ,) Gulasz z ciecierzycą, pieczarkami, papryką i cukinią + 150 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL, S02</u> ,) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 400 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Gulasz z ciecierzycą, pieczarkami, papryką i cukinią + 150 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL, S02</u> ,) Ryż na sypko 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Banan 1szt. 1 szt				Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ,) Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ,) Serek ziarnisty naturalny 70 g (<u>MLE</u> ,) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) 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> ,) 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> ,) Miód (25g) 1 szt Ser żółty 40 g (<u>MLE</u> ,) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> ,) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g	
		Wartość energetyczna: 2374.93 kcal; Białko ogółem: 62.39 g; Tłuszcz: 66.48 g; Kw. tł. nasy.: 27.25 g; Węglowodany ogółem: 389.64 g; W tym cukry: 100.31 g; Błonnik pok.: 30.59 g; Sól: 8.56 g; WW: 36.01 Por.; : 10.51 %; : 65.63 %; Ener. z T: 25.19 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 3025.29 mg;	Wartość energetyczna: 2294.54 kcal; Białko ogółem: 71.61 g; Tłuszcz: 55.85 g; Kw. tł. nasy.: 25.10 g; Węglowodany ogółem: 383.31 g; W tym cukry: 98.52 g; Błonnik pok.: 26.64 g; Sól: 8.92 g; WW: 35.79 Por.; : 12.48 %; : 66.82 %; Ener. z T: 21.91 %; Ener. z Bł.: 2.32 %; K: 3158.82 mg;	Wartość energetyczna: 2331.28 kcal; Białko ogółem: 76.11 g; Tłuszcz: 78.74 g; Kw. tł. nasy.: 32.62 g; Węglowodany ogółem: 335.98 g; W tym cukry: 68.29 g; Błonnik pok.: 28.22 g; Sól: 10.15 g; WW: 30.85 Por.; : 13.06 %; : 57.65 %; Ener. z T: 30.40 %; Ener. z Bł.: 2.42 %; K: 2635.60 mg;	Wartość energetyczna: 2198.89 kcal; Białko ogółem: 84.56 g; Tłuszcz: 62.82 g; Kw. tł. nasy.: 29.14 g; Węglowodany ogółem: 329.23 g; W tym cukry: 66.36 g; Błonnik pok.: 24.29 g; Sól: 10.45 g; WW: 30.59 Por.; : 15.38 %; : 59.89 %; Ener. z T: 25.71 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 2763.38 mg;	Wartość energetyczna: 1986.98 kcal; Białko ogółem: 75.76 g; Tłuszcz: 71.92 g; Kw. tł. nasy.: 30.01 g; Węglowodany ogółem: 267.62 g; W tym cukry: 35.78 g; Błonnik pok.: 39.75 g; Sól: 12.49 g; WW: 22.79 Por.; : 15.25 %; : 53.88 %; Ener. z T: 32.58 %; Ener. z Bł.: 4.00 %; K: 2763.51 mg;	Wartość energetyczna: 2361.16 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 73.20 g; Kw. tł. nasy.: 33.61 g; Węglowodany ogółem: 365.45 g; W tym cukry: 71.00 g; Błonnik pok.: 31.04 g; Sól: 9.54 g; WW: 33.52 Por.; : 12.53 %; : 61.91 %; Ener. z T: 27.90 %; Ener. z Bł.: 2.63 %; K: 2775.33 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-10-13 do dnia 2025-10-26 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa	KAW- STO Wegetariańska
2025-10-21 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) 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,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) Pasta z tuńczykiem i natką pietruszki + 50 g (GLU PSZ, RYB, MLE.) Gruszka 1szt. 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) 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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) Pasta z miruny gotowanej z warzywami + 50 g (RYB, ŚEL.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU JECZ.) 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,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) Pasta z tuńczykiem i natką pietruszki + 70 g (GLU PSZ, RYB, MLE.) Gruszka 1szt. 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU JECZ.) 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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) Pasta z miruny gotowanej z warzywami + 70 g (RYB, ŚEL.) 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,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) Pasta z tuńczykiem i natką pietruszki + 70 g (GLU PSZ, RYB, MLE.) Gruszka 1szt. 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU JECZ.) 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,) Pasta z fasoli z suszonymi pomidorami i słonecznikiem + 70 g Dżem 30 g Gruszka 1szt. 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g
	II ŚN	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE,)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Twarożek 30 g (MLE,)	
	Obiad	Zupa krem z pomidorów + 300 g (SOJ, ŚEL.) Pulpet wieprzowy + 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Surówka z białej kapusty z koperkiem + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.) Sos pieczarkowy + 80 g (MLE,)	Zupa krem z pomidorów + 300 g (SOJ, ŚEL.) Pulpet wieprzowy + 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny + 80 g (GLU PSZ, SOJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.) JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.	Zupa krem z pomidorów + 400 g (SOJ, ŚEL.) Pulpet wieprzowy + 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z białej kapusty z koperkiem + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.) Sos pieczarkowy + 80 g (MLE,)	Zupa krem z pomidorów + 400 g (SOJ, ŚEL.) Pulpet wieprzowy + 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny + 80 g (GLU PSZ, SOJ.) 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 Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.)	Zupa krem z pomidorów + 400 g (SOJ, ŚEL.) Pulpet wieprzowy + 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny + 80 g (GLU PSZ, SOJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z białej kapusty z koperkiem + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Grzanki żytnie + 10 g (GLU ŻYT.)	Zupa krem z pomidorów + 400 g (SOJ, ŚEL.) Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.) Gulasz z boczniaków, dyni i soczewicy + 150 g (SOJ.) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z białej kapusty z koperkiem + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Budyń o smaku czekoladowym z/c 150 ml (MLE,)				Budyń o smaku czekoladowym b/c 150 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,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Jajko w sosie tatarskim + 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Papryka świeża 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 Jajko w sosie jogurtowo-pietruszkowym + 100 g (JAJ, MLE,) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Jajko w sosie tatarskim + 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Papryka świeża 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 Jajko w sosie jogurtowo-pietruszkowym + 100 g (JAJ, MLE,) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Jajko w sosie jogurtowo-pietruszkowym + 100 g (JAJ, MLE,) Papryka świeża 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,) Ser topiony 30 g (MLE,) Jajko w sosie jogurtowo-pietruszkowym + 100 g (JAJ, MLE,) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Schab gotowany 30 g	
		Wartość energetyczna: 2628.51 kcal; Białko ogółem: 99.14 g; Tłuszcz: 101.27 g; Kw. tł. nasy.: 39.65 g; Węglowodany ogółem: 347.33 g; W tym cukry: 122.46 g; Błonnik pok.: 28.50 g; Sól: 11.77 g; WW: 31.93 Por; : 15.09 %; : 52.86 %; Ener. z T: 34.67 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 3846.65 mg;	Wartość energetyczna: 2486.34 kcal; Białko ogółem: 98.61 g; Tłuszcz: 81.25 g; Kw. tł. nasy.: 33.78 g; Węglowodany ogółem: 350.84 g; W tym cukry: 123.07 g; Błonnik pok.: 25.20 g; Sól: 11.49 g; WW: 32.60 Por; : 15.86 %; : 56.44 %; Ener. z T: 29.41 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 3738.87 mg;	Wartość energetyczna: 2569.26 kcal; Białko ogółem: 94.57 g; Tłuszcz: 101.97 g; Kw. tł. nasy.: 37.89 g; Węglowodany ogółem: 333.25 g; W tym cukry: 95.97 g; Błonnik pok.: 31.19 g; Sól: 12.88 g; WW: 30.19 Por; : 14.72 %; : 51.88 %; Ener. z T: 35.72 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 3940.48 mg;	Wartość energetyczna: 2407.42 kcal; Białko ogółem: 93.49 g; Tłuszcz: 79.48 g; Kw. tł. nasy.: 30.65 g; Węglowodany ogółem: 338.04 g; W tym cukry: 97.46 g; Błonnik pok.: 28.21 g; Sól: 12.45 g; WW: 30.96 Por; : 15.53 %; : 56.17 %; Ener. z T: 29.71 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 3850.20 mg;	Wartość energetyczna: 2458.85 kcal; Białko ogółem: 109.52 g; Tłuszcz: 99.28 g; Kw. tł. nasy.: 40.06 g; Węglowodany ogółem: 296.67 g; W tym cukry: 69.32 g; Błonnik pok.: 40.59 g; Sól: 12.81 g; WW: 25.65 Por; : 17.82 %; : 48.26 %; Ener. z T: 36.34 %; Ener. z Bł.: 3.30 %; K: 4570.46 mg;	Wartość energetyczna: 2438.32 kcal; Białko ogółem: 67.46 g; Tłuszcz: 87.47 g; Kw. tł. nasy.: 30.94 g; Węglowodany ogółem: 356.21 g; W tym cukry: 106.69 g; Błonnik pok.: 33.47 g; Sól: 12.30 g; WW: 32.26 Por; : 11.07 %; : 58.43 %; Ener. z T: 32.29 %; Ener. z Bł.: 2.75 %; K: 3715.80 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-10-13 do dnia 2025-10-26 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa	KAW- STO Wegetariańska
2025-10-22 środa	Śniadanie	Płatki 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>) Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki + 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Płatki 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>) Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki + 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Płatki 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>) Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki + 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Płatki 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>) Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki + 70 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>) Pasta z twarogu z natką pietruszki + 70 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki 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>) Pasta z twarogu z natką pietruszki + 70 g (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g
	II śN	Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt				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	Kapuśniak z kapusty kiszzonej + 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Filet z kurczaka pieczony w posypce curry dieta + 80 g Sos brokułowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza gryczana 160 g Surówka z marchwi i jabłka b/c + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 80 g Sos brokułowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (<u>GLU JECZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka b/c + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Filet z kurczaka pieczony w posypce curry dieta + 80 g Sos brokułowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza gryczana 180 g Surówka z marchwi i jabłka b/c + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 80 g Sos brokułowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka b/c + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Filet z kurczaka pieczony w posypce curry dieta + 80 g Sos brokułowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza gryczana 180 g Surówka z marchwi i jabłka b/c + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Racuchy z mozzarellą + 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Surówka z marchwi i jabłka b/c + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Śliwka 150 g	Banan 1szt. 1 szt			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>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, 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>) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pasztet warzywny selerowo-marchwiowy dieta + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz szczeciński 70 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, 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>) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pasztet warzywny selerowo-marchwiowy dieta + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz szczeciński 70 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, 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>) Paprykarz szczeciński 70 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Pasztet warzywny selerowo-marchwiowy dieta + 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 30 g	
		Wartość energetyczna: 2244.06 kcal; Białko ogółem: 97.99 g; Tłuszcz: 68.22 g; Kw. tł. nasy.: 30.95 g; Węglowodany ogółem: 322.62 g; W tym cukry: 92.43 g; Błonnik pok.: 26.54 g; Sól: 10.79 g; WW: 29.56 Por; : 17.47 %; : 57.51 %; Ener. z T: 27.36 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 2947.98 mg;	Wartość energetyczna: 2366.77 kcal; Białko ogółem: 95.17 g; Tłuszcz: 66.34 g; Kw. tł. nasy.: 27.53 g; Węglowodany ogółem: 360.63 g; W tym cukry: 122.34 g; Błonnik pok.: 28.56 g; Sól: 9.86 g; WW: 33.29 Por; : 16.09 %; : 60.95 %; Ener. z T: 25.23 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 3514.15 mg;	Wartość energetyczna: 2283.43 kcal; Białko ogółem: 105.05 g; Tłuszcz: 73.08 g; Kw. tł. nasy.: 27.39 g; Węglowodany ogółem: 313.90 g; W tym cukry: 68.42 g; Błonnik pok.: 27.29 g; Sól: 12.36 g; WW: 28.63 Por; : 18.40 %; : 54.99 %; Ener. z T: 28.80 %; Ener. z Bł.: 2.39 %; K: 3031.56 mg;	Wartość energetyczna: 2310.19 kcal; Białko ogółem: 103.09 g; Tłuszcz: 74.42 g; Kw. tł. nasy.: 29.97 g; Węglowodany ogółem: 320.17 g; W tym cukry: 74.46 g; Błonnik pok.: 29.17 g; Sól: 11.27 g; WW: 29.14 Por; : 17.85 %; : 55.44 %; Ener. z T: 28.99 %; Ener. z Bł.: 2.53 %; K: 2963.17 mg;	Wartość energetyczna: 2221.04 kcal; Białko ogółem: 113.70 g; Tłuszcz: 76.60 g; Kw. tł. nasy.: 29.23 g; Węglowodany ogółem: 288.07 g; W tym cukry: 47.78 g; Błonnik pok.: 40.37 g; Sól: 13.48 g; WW: 24.76 Por; : 20.48 %; : 51.88 %; Ener. z T: 31.04 %; Ener. z Bł.: 3.63 %; K: 3581.09 mg;	Wartość energetyczna: 2759.48 kcal; Białko ogółem: 93.09 g; Tłuszcz: 114.20 g; Kw. tł. nasy.: 41.76 g; Węglowodany ogółem: 351.93 g; W tym cukry: 76.25 g; Błonnik pok.: 27.21 g; Sól: 12.13 g; WW: 32.52 Por; : 13.49 %; : 51.01 %; Ener. z T: 37.25 %; Ener. z Bł.: 1.97 %; K: 2609.22 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-10-13 do dnia 2025-10-26 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa	KAW- STO Wegetariańska
2025-10-23 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Hummus paprykowy + 50 g (SEZ,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) 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 manna 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,) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Hummus paprykowy + 70 g (SEZ,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Kasza manna 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 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,) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Hummus paprykowy + 70 g (SEZ,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna 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,) Serek Fromage 30 g (GLU PSZ, MLE,) Hummus paprykowy + 70 g (SEZ,) Pomidor 50 g Cukier 30 g
	I i ŚN	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Twaróg półtusty 50 g (MLE,)	
	Obiad	Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL,) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 160 g Sos pomidorowy + 80 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Surówka z rzepy i ogórka świeżego + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, SEL,) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 160 g Sos pomidorowy + 80 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Kalafior gotowany + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL,) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 160 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z rzepy i ogórka świeżego + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sos pomidorowy + 80 g	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, SEL,) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 160 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Kalafior gotowany + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sos pomidorowy + 80 g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL,) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 160 g Sos pomidorowy + 80 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z rzepy i ogórka świeżego + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, SEL,) Sos a'la boloński z zieloną soczewicą + 150 g (SOJ, SEL,) Makaron 180 g (GLU PSZ,) Surówka z rzepy i ogórka świeżego + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 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,) 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,) Serek wiejski ziarnisty 50 g (MLE,) Sałatka z pieczonej marchwi + 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,) 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,) Serek ziarnisty naturalny 50 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 drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Serek wiejski ziarnisty 70 g (MLE,) Sałatka z pieczonej marchwi + 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,) 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,) Serek ziarnisty naturalny 70 g (MLE,) 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,) 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,) Serek ziarnisty naturalny 70 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,) Serek ziarnisty naturalny 30 g (MLE,) Sałatka z ciecierzycy, pomidora suszonego i ogórka konserwowego + 100 g (MLE, GOR,) 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: 2398.99 kcal; Białko ogółem: 103.44 g; Tłuszcz: 77.76 g; Kw. tł. nasy.: 29.14 g; Węglowodany ogółem: 331.15 g; W tym cukry: 77.86 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 12.00 g; WW: 30.52 Por; : 17.25 %; : 55.21 %; Ener. z T: 29.17 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 3527.26 mg;	Wartość energetyczna: 2339.54 kcal; Białko ogółem: 113.05 g; Tłuszcz: 69.72 g; Kw. tł. nasy.: 29.03 g; Węglowodany ogółem: 323.20 g; W tym cukry: 72.18 g; Błonnik pok.: 22.16 g; Sól: 12.15 g; WW: 30.18 Por; : 19.33 %; : 55.26 %; Ener. z T: 26.82 %; Ener. z Bł.: 1.89 %; K: 3422.14 mg;	Wartość energetyczna: 2316.56 kcal; Białko ogółem: 107.00 g; Tłuszcz: 77.98 g; Kw. tł. nasy.: 29.80 g; Węglowodany ogółem: 307.15 g; W tym cukry: 70.07 g; Błonnik pok.: 29.08 g; Sól: 12.69 g; WW: 27.91 Por; : 18.48 %; : 53.04 %; Ener. z T: 30.29 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 4034.63 mg;	Wartość energetyczna: 2245.80 kcal; Białko ogółem: 119.81 g; Tłuszcz: 68.43 g; Kw. tł. nasy.: 29.81 g; Węglowodany ogółem: 296.64 g; W tym cukry: 63.28 g; Błonnik pok.: 23.18 g; Sól: 13.01 g; WW: 27.36 Por; : 21.34 %; : 52.83 %; Ener. z T: 27.42 %; Ener. z Bł.: 2.06 %; K: 3963.40 mg;	Wartość energetyczna: 2213.32 kcal; Białko ogółem: 117.90 g; Tłuszcz: 81.44 g; Kw. tł. nasy.: 33.44 g; Węglowodany ogółem: 267.80 g; W tym cukry: 33.42 g; Błonnik pok.: 39.87 g; Sól: 14.93 g; WW: 22.93 Por; : 21.31 %; : 48.40 %; Ener. z T: 33.11 %; Ener. z Bł.: 3.60 %; K: 4230.90 mg;	Wartość energetyczna: 2315.19 kcal; Białko ogółem: 68.01 g; Tłuszcz: 77.17 g; Kw. tł. nasy.: 32.56 g; Węglowodany ogółem: 345.75 g; W tym cukry: 70.09 g; Błonnik pok.: 34.54 g; Sól: 9.80 g; WW: 31.23 Por; : 11.75 %; : 59.74 %; Ener. z T: 30.00 %; Ener. z Bł.: 2.98 %; K: 2660.60 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-10-13 do dnia 2025-10-26 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa	KAW- STO Wegetariańska
2025-10-24 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 50 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Jabłko 1 szt 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 50 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 70 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 70 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Mleko 200 ml (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Twarożek + 70 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 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 brzoskwinowy (dieta) + 70 g (<u>MLE.</u>) Dżem 30 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g
	II ŚN	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Zupa ryżowa + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Miruna smażona 100g + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Surówka z czerwonej kapusty b/c + 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa ryżowa + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Morszczuk na parze 80g + 80 g (<u>RYB.</u>) Sos koperkowy dieta + 80 g (<u>MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa ryżowa + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Miruna smażona 100g + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos chrzanowy + 80 g (<u>MLE, SO2.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z czerwonej kapusty b/c + 120 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa ryżowa + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Morszczuk na parze 80g + 80 g (<u>RYB.</u>) Sos koperkowy dieta + 80 g (<u>MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Cukinia gotowana + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa ryżowa + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Morszczuk na parze 80g + 80 g (<u>RYB.</u>) Sos chrzanowy + 80 g (<u>MLE, SO2.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z czerwonej kapusty b/c + 120 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa ryżowa + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Burger warzywny z zielonego groszku + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Sos chrzanowy + 80 g (<u>MLE, SO2.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z czerwonej kapusty b/c + 120 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)				Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU 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>) 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>) 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>) 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>) 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 razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Mięsiwo z zalewy- wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, 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>) Pasztet sojowy z pomidorami 30 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Sałatka jarzynowa z jajkiem + 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>) Schab gotowany 30 g	
			Wartość energetyczna: 2438.39 kcal; Białko ogółem: 100.80 g; Tłuszcz: 66.01 g; Kw. tł. nasy.: 30.67 g; Węglowodany ogółem: 369.78 g; W tym cukry: 122.22 g; Błonnik pok.: 25.70 g; Sól: 10.56 g; WW: 34.48 Por; : 16.54 %; : 60.66 %; Ener. z T: 24.37 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 3007.97 mg;	Wartość energetyczna: 2332.05 kcal; Białko ogółem: 98.82 g; Tłuszcz: 62.38 g; Kw. tł. nasy.: 31.96 g; Węglowodany ogółem: 352.45 g; W tym cukry: 122.18 g; Błonnik pok.: 20.93 g; Sól: 10.01 g; WW: 33.23 Por; : 16.95 %; : 60.45 %; Ener. z T: 24.07 %; Ener. z Bł.: 1.79 %; K: 3412.20 mg;	Wartość energetyczna: 2343.25 kcal; Białko ogółem: 99.67 g; Tłuszcz: 65.07 g; Kw. tł. nasy.: 28.45 g; Węglowodany ogółem: 349.99 g; W tym cukry: 83.73 g; Błonnik pok.: 27.78 g; Sól: 11.18 g; WW: 32.25 Por; : 17.01 %; : 59.75 %; Ener. z T: 24.99 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 2878.89 mg;	Wartość energetyczna: 2182.41 kcal; Białko ogółem: 96.35 g; Tłuszcz: 58.68 g; Kw. tł. nasy.: 28.97 g; Węglowodany ogółem: 326.40 g; W tym cukry: 82.05 g; Błonnik pok.: 22.11 g; Sól: 10.58 g; WW: 30.45 Por; : 17.66 %; : 59.82 %; Ener. z T: 24.20 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 3240.38 mg;	Wartość energetyczna: 2214.73 kcal; Białko ogółem: 115.36 g; Tłuszcz: 68.54 g; Kw. tł. nasy.: 33.15 g; Węglowodany ogółem: 302.52 g; W tym cukry: 65.27 g; Błonnik pok.: 39.12 g; Sól: 12.02 g; WW: 26.40 Por; : 20.83 %; : 54.64 %; Ener. z T: 27.85 %; Ener. z Bł.: 3.53 %; K: 4014.84 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-10-13 do dnia 2025-10-26 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa	KAW- STO Wegetariańska
2025-10-25 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) 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.) Sałatka a'la caprese + 100 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) 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 Sałatka a'la caprese + 100 g (MLE.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) 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.) Pomidor 50 g Sałatka a'la caprese + 100 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) 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 Sałatka a'la caprese + 100 g (MLE.) 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.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałatka a'la caprese + 100 g (MLE.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) 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.) Sałatka a'la caprese + 100 g (MLE.) Konserva sterylizowana sojowa z papryką 30 g (SOJ, GOR.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g
	II ŚN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Twaróg półtusty 50 g (MLE.)	
	Obiad	Zupa selerowa z makaronem + 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Potrawka z kurczaka + 150 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Surówka z białej kapusty z koperkiem + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa selerowa z makaronem + 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Potrawka z kurczaka + 150 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Szpinak gotowany z olejem + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa selerowa z makaronem + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Bigos + 300 g (GLU PSZ, MLE, SEL, GOR.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Banan 1szt. 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa selerowa z makaronem + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Potrawka z kurczaka + 150 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Szpinak gotowany z olejem + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa selerowa z ziemniakami (bez mleka) + 400 g (SOJ, SEL.) Potrawka z kurczaka + 150 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa selerowa z makaronem + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Kasza towarowa z tofu i warzywami + 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GLU JECZ.) Surówka z marchwi, jabłka, selera, papryki b/c + 120 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Banan 1szt. 1 szt				Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 150 ml	
	Kolacja	Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 60 g (może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Ketchup 30 g (SEL.) Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 30 g (MLE, GOR, S02.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 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.) Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, 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.) Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 120 g (może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Ketchup 30 g (SEL.) Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 70 g (MLE, GOR, S02.) 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.) Pasta z twarogu z koperkiem + 70 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 70 g (MLE, GOR, S02.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, 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.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 30 g (MLE, GOR, S02.) 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.) Szynka drobiowa luksusowa z fileta-wędliną drobiową parzona z dodatkami wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, S02.)	
		Wartość energetyczna: 2587.36 kcal; Białko ogółem: 80.87 g; Tłuszcz: 98.93 g; Kw. tł. nasy.: 37.75 g; Węglowodany ogółem: 354.62 g; W tym cukry: 123.24 g; Błonnik pok.: 30.90 g; Sól: 13.65 g; WW: 32.50 Por.; 12.50 %; 54.82 %; Ener. z T: 34.41 %; Ener. z Bł.: 2.39 %; K: 3832.34 mg;	Wartość energetyczna: 2396.84 kcal; Białko ogółem: 88.12 g; Tłuszcz: 79.41 g; Kw. tł. nasy.: 32.75 g; Węglowodany ogółem: 346.22 g; W tym cukry: 114.02 g; Błonnik pok.: 27.35 g; Sól: 12.10 g; WW: 32.06 Por.; 14.71 %; 57.78 %; Ener. z T: 29.82 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 3737.91 mg;	Wartość energetyczna: 3020.88 kcal; Białko ogółem: 98.88 g; Tłuszcz: 132.93 g; Kw. tł. nasy.: 51.79 g; Węglowodany ogółem: 367.94 g; W tym cukry: 112.73 g; Błonnik pok.: 34.12 g; Sól: 17.23 g; WW: 33.55 Por.; 13.09 %; 48.72 %; Ener. z T: 39.60 %; Ener. z Bł.: 2.26 %; K: 4319.69 mg;	Wartość energetyczna: 2309.51 kcal; Białko ogółem: 94.93 g; Tłuszcz: 84.93 g; Kw. tł. nasy.: 34.34 g; Węglowodany ogółem: 304.38 g; W tym cukry: 65.19 g; Błonnik pok.: 26.87 g; Sól: 13.35 g; WW: 27.92 Por.; 16.44 %; 52.72 %; Ener. z T: 33.10 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 3393.44 mg;	Wartość energetyczna: 2278.26 kcal; Białko ogółem: 90.55 g; Tłuszcz: 93.65 g; Kw. tł. nasy.: 35.84 g; Węglowodany ogółem: 282.18 g; W tym cukry: 49.42 g; Błonnik pok.: 42.61 g; Sól: 12.55 g; WW: 24.17 Por.; 15.90 %; 49.54 %; Ener. z T: 36.99 %; Ener. z Bł.: 3.74 %; K: 4032.50 mg;	Wartość energetyczna: 2496.14 kcal; Białko ogółem: 73.12 g; Tłuszcz: 110.41 g; Kw. tł. nasy.: 39.56 g; Węglowodany ogółem: 309.68 g; W tym cukry: 72.30 g; Błonnik pok.: 35.97 g; Sól: 11.99 g; WW: 27.43 Por.; 11.72 %; 49.63 %; Ener. z T: 39.81 %; Ener. z Bł.: 2.88 %; K: 2373.53 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-10-13 do dnia 2025-10-26 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa	KAW- STO Wegetariańska
2025-10-26 niedziela	Śniadanie	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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ,) Rzodkiew biała 50 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (MLE,) Cukier 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ,) Pomidor 50 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (MLE,) Cukier 30 g	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,) Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL,) Rzodkiew biała 50 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (MLE,) Cukier 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL,) Pomidor 50 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (MLE,) 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,) Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL,) Rzodkiew biała 50 g	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,) Tofu 70 g (SOJ,) Ser żółty 30 g (MLE,) Rzodkiew biała 50 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (MLE,) Cukier 30 g
	II ŚN	Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tofu 30 g (SOJ,)	
	Obiad	Zupa krem z zielonych warzyw + 300 g (SOJ, SEL,) Kotlet schabowy panierowany + 80 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy dieta + 80 g (MLE,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Buraki po francusku + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa krem z zielonych warzyw + 300 g (SOJ, SEL,) Schab gotowany + 80 g Sos jarzynowy dieta + 80 g (MLE,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Buraki tarte na ciepło + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sos jarzynowy dieta + 80 g (MLE,)	Zupa krem z zielonych warzyw + 400 g (SOJ, SEL,) Kotlet schabowy panierowany + 80 g (GLU PSZ, JAJ,) Kluski śląskie + 180 g (JAJ,) Buraki po francusku + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sos jarzynowy dieta + 80 g (MLE,)	Zupa krem z zielonych warzyw + 400 g (SOJ, SEL,) Schab gotowany + 80 g Sos jarzynowy dieta + 80 g (MLE,) Kluski śląskie + 180 g (JAJ,) Buraki tarte na ciepło + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sos jarzynowy dieta + 80 g (MLE,)	Zupa krem z zielonych warzyw + 400 g (SOJ, SEL,) Schab gotowany + 80 g Sos jarzynowy dieta + 80 g (MLE,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Buraki po francusku + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sos jarzynowy dieta + 80 g (MLE,)	Zupa krem z zielonych warzyw + 400 g (SOJ, SEL,) Naleśniki z pieczarkami + 300 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: SOJ, SEL, GOR,) Buraki po francusku + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml				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,) Serek homo. naturalny 50 g (MLE,) Filet zapiekany drobiowy 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,) Serek homo. naturalny 70 g (MLE,) Filet zapiekany drobiowy 30 g (MLE,) 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,) Serek homo. naturalny 70 g (MLE,) Filet zapiekany drobiowy 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,) Serek homo. naturalny 70 g (MLE,) Dżem 30 g 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: 2185.90 kcal; Białko ogółem: 86.01 g; Tłuszcz: 61.95 g; Kw. tł. nasy.: 25.02 g; Węglowodany ogółem: 331.75 g; W tym cukry: 91.89 g; Błonnik pok.: 24.83 g; Sól: 9.86 g; WW: 30.71 Por.; : 15.74 %; : 60.71 %; Ener. z T: 25.51 %; Ener. z Bł.: 2.27 %; K: 3031.43 mg;	Wartość energetyczna: 2244.60 kcal; Białko ogółem: 94.86 g; Tłuszcz: 65.74 g; Kw. tł. nasy.: 26.21 g; Węglowodany ogółem: 327.41 g; W tym cukry: 92.41 g; Błonnik pok.: 21.10 g; Sól: 9.85 g; WW: 30.65 Por.; : 16.90 %; : 58.35 %; Ener. z T: 26.36 %; Ener. z Bł.: 1.88 %; K: 3121.77 mg;	Wartość energetyczna: 2277.12 kcal; Białko ogółem: 97.67 g; Tłuszcz: 79.96 g; Kw. tł. nasy.: 31.85 g; Węglowodany ogółem: 303.66 g; W tym cukry: 65.48 g; Błonnik pok.: 28.38 g; Sól: 11.23 g; WW: 27.53 Por.; : 17.16 %; : 53.34 %; Ener. z T: 31.60 %; Ener. z Bł.: 2.49 %; K: 3353.49 mg;	Wartość energetyczna: 2333.86 kcal; Białko ogółem: 106.50 g; Tłuszcz: 83.67 g; Kw. tł. nasy.: 33.03 g; Węglowodany ogółem: 299.03 g; W tym cukry: 65.86 g; Błonnik pok.: 24.62 g; Sól: 11.14 g; WW: 27.44 Por.; : 18.25 %; : 51.25 %; Ener. z T: 32.26 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 3440.16 mg;	Wartość energetyczna: 2360.73 kcal; Białko ogółem: 118.68 g; Tłuszcz: 100.03 g; Kw. tł. nasy.: 41.14 g; Węglowodany ogółem: 266.99 g; W tym cukry: 37.74 g; Błonnik pok.: 41.25 g; Sól: 13.97 g; WW: 22.63 Por.; : 20.11 %; : 45.24 %; Ener. z T: 38.14 %; Ener. z Bł.: 3.49 %; K: 4213.65 mg;	Wartość energetyczna: 2226.24 kcal; Białko ogółem: 99.47 g; Tłuszcz: 85.76 g; Kw. tł. nasy.: 31.47 g; Węglowodany ogółem: 282.89 g; W tym cukry: 76.50 g; Błonnik pok.: 27.47 g; Sól: 11.73 g; WW: 25.63 Por.; : 17.87 %; : 50.83 %; Ener. z T: 34.67 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 2611.36 mg;

Oznaczenia wskaźników odż.:

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