

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa
2024-09-30 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Miód (25g) 1 szt Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Miód (25g) 1 szt Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Miód (25g) 1 szt 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>) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	II ŚN	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>)
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Naleśniki z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 160 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Fasolowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Naleśniki z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Fasolowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Klopsik drobiowy z udźca 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z marchwi z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml				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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynkowa dębowa kieł.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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynkowa dębowa kieł.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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g 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>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g 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>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ.</u>)
		Wartość energetyczna: 2741.20 kcal; Białko ogółem: 90.80 g; Tłuszcz: 65.66 g; Kw. tł. nasy.: 27.94 g; Węglowodany ogółem: 460.98 g; W tym cukry: 169.17 g; Błonnik pok.: 23.93 g; Sól: 7.88 g;	Wartość energetyczna: 2322.75 kcal; Białko ogółem: 75.41 g; Tłuszcz: 49.71 g; Kw. tł. nasy.: 25.63 g; Węglowodany ogółem: 403.80 g; W tym cukry: 150.67 g; Błonnik pok.: 16.98 g; Sól: 6.97 g;	Wartość energetyczna: 2647.99 kcal; Białko ogółem: 96.03 g; Tłuszcz: 69.10 g; Kw. tł. nasy.: 29.13 g; Węglowodany ogółem: 427.66 g; W tym cukry: 125.43 g; Błonnik pok.: 27.24 g; Sól: 8.20 g;	Wartość energetyczna: 2222.30 kcal; Białko ogółem: 79.71 g; Tłuszcz: 52.41 g; Kw. tł. nasy.: 26.78 g; Węglowodany ogółem: 370.29 g; W tym cukry: 105.95 g; Błonnik pok.: 18.91 g; Sól: 7.29 g;	Wartość energetyczna: 2173.27 kcal; Białko ogółem: 102.57 g; Tłuszcz: 72.66 g; Kw. tł. nasy.: 29.46 g; Węglowodany ogółem: 297.96 g; W tym cukry: 30.19 g; Błonnik pok.: 41.80 g; Sól: 9.86 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa
2024-10-01 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. 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>) Łopatka zbiórnica wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. 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>) Łopatka zbiórnica wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. 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>) Łopatka zbiórnica wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. 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 40 g (<u>SOJ.</u>) Łopatka zbiórnica wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ.</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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Łopatka zbiórnica wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	II ŚN	Jabłko 150 g				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Hummus z ciecierzycy 50 g
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami* 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos meksykański 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ryż na sypko 160 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami* 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ryż na sypko 160 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos meksykański 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ryż na sypko 180 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 120 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ryż na sypko 180 g Buraczki gotowane 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 120 g (<u>SEL.</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>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.</u>) Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.</u>) Twarożek z koperkiem 70 g (<u>MLE.</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>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.</u>) Twarożek z koperkiem 70 g (<u>MLE.</u>) Salata 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 drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g
		Wartość energetyczna: 2336.12 kcal; Białko ogółem: 97.36 g; Tłuszcz: 63.04 g; Kw. tł. nasy.: 27.97 g; Węglowodany ogółem: 356.62 g; W tym cukry: 94.26 g; Błonnik pok.: 25.62 g; Sól: 7.73 g;	Wartość energetyczna: 2322.43 kcal; Białko ogółem: 97.52 g; Tłuszcz: 60.45 g; Kw. tł. nasy.: 27.71 g; Węglowodany ogółem: 356.34 g; W tym cukry: 98.05 g; Błonnik pok.: 19.60 g; Sól: 7.42 g;	Wartość energetyczna: 2261.65 kcal; Białko ogółem: 100.51 g; Tłuszcz: 62.32 g; Kw. tł. nasy.: 27.20 g; Węglowodany ogółem: 335.02 g; W tym cukry: 60.46 g; Błonnik pok.: 22.26 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2236.92 kcal; Białko ogółem: 101.59 g; Tłuszcz: 59.63 g; Kw. tł. nasy.: 26.91 g; Węglowodany ogółem: 332.41 g; W tym cukry: 65.53 g; Błonnik pok.: 18.41 g; Sól: 7.78 g;	Wartość energetyczna: 2272.67 kcal; Białko ogółem: 106.40 g; Tłuszcz: 75.03 g; Kw. tł. nasy.: 31.37 g; Węglowodany ogółem: 307.46 g; W tym cukry: 44.68 g; Błonnik pok.: 40.29 g; Sól: 8.60 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa
2024-10-02 środa	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.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) 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.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	II ŚN	Banan 150 g				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Ser żółty 30 g (MLE.)
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki gotowane 160 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem* 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki gotowane 160 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki gotowane 180 g Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki gotowane 180 g Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pieczarkowa z makaronem pełnoziarnistym * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki gotowane 180 g Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g (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.) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 50 g (RYB, SEL.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 50 g (RYB, SEL.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW.) 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.) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 70 g (RYB, SEL.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW.) 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.) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 70 g (RYB, SEL.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW.) 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.) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 70 g (RYB, SEL.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (SOJ.)
		Wartość energetyczna: 2216.55 kcal; Białko ogółem: 82.72 g; Tłuszcz: 57.00 g; Kw. tł. nasy.: 26.52 g; Węglowodany ogółem: 353.39 g; W tym cukry: 84.51 g; Błonnik pok.: 23.30 g; Sól: 7.87 g;	Wartość energetyczna: 2232.95 kcal; Białko ogółem: 82.98 g; Tłuszcz: 56.84 g; Kw. tł. nasy.: 26.48 g; Węglowodany ogółem: 356.68 g; W tym cukry: 85.07 g; Błonnik pok.: 20.69 g; Sól: 7.21 g;	Wartość energetyczna: 2053.63 kcal; Białko ogółem: 83.40 g; Tłuszcz: 57.64 g; Kw. tł. nasy.: 26.65 g; Węglowodany ogółem: 310.65 g; W tym cukry: 58.55 g; Błonnik pok.: 22.85 g; Sól: 8.05 g;	Wartość energetyczna: 2069.79 kcal; Białko ogółem: 83.44 g; Tłuszcz: 57.45 g; Kw. tł. nasy.: 26.60 g; Węglowodany ogółem: 314.23 g; W tym cukry: 59.26 g; Błonnik pok.: 20.21 g; Sól: 7.48 g;	Wartość energetyczna: 2073.90 kcal; Białko ogółem: 95.62 g; Tłuszcz: 73.60 g; Kw. tł. nasy.: 36.40 g; Węglowodany ogółem: 273.98 g; W tym cukry: 25.39 g; Błonnik pok.: 35.88 g; Sól: 9.52 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa
2024-10-03 czwartek	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>) Ser żółty 50 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 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>) Serek a'la homogenizowany 50 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 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>) Ser topiony 50 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 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>) Serek a'la homogenizowany 70 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 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>) Serek a'la homogenizowany 70 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
	II ŚN	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>)
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia grillowana z ziołami* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Fasolka po bretońsku 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Sałatka szwedzka z olejem b/c 120 g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia grillowana z ziołami* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Schab gotowany 80 g Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Sałatka szwedzka z olejem b/c 120 g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Gruszka 150 g	Jabłko 150 g			Gruszka 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>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) 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>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) 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>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) 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>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) 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>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) 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>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 2399.44 kcal; Białko ogółem: 92.78 g; Tłuszcz: 85.74 g; Kw. tł. nasy.: 38.63 g; Węglowodany ogółem: 330.08 g; W tym cukry: 73.18 g; Błonnik pok.: 30.13 g; Sól: 9.67 g;	Wartość energetyczna: 2208.57 kcal; Białko ogółem: 88.71 g; Tłuszcz: 65.39 g; Kw. tł. nasy.: 28.56 g; Węglowodany ogółem: 329.78 g; W tym cukry: 75.98 g; Błonnik pok.: 27.09 g; Sól: 7.23 g;	Wartość energetyczna: 2380.24 kcal; Białko ogółem: 83.50 g; Tłuszcz: 84.91 g; Kw. tł. nasy.: 36.70 g; Węglowodany ogółem: 335.48 g; W tym cukry: 63.37 g; Błonnik pok.: 32.38 g; Sól: 12.02 g;	Wartość energetyczna: 2194.63 kcal; Białko ogółem: 90.40 g; Tłuszcz: 65.47 g; Kw. tł. nasy.: 27.65 g; Węglowodany ogółem: 323.91 g; W tym cukry: 67.40 g; Błonnik pok.: 25.75 g; Sól: 7.35 g;	Wartość energetyczna: 2173.47 kcal; Białko ogółem: 108.63 g; Tłuszcz: 68.66 g; Kw. tł. nasy.: 30.14 g; Węglowodany ogółem: 299.88 g; W tym cukry: 44.73 g; Błonnik pok.: 39.15 g; Sól: 9.64 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa
2024-10-04 piątek	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 kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Papryka świeża 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 kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) 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 kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Jabłko 150 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 kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Jabłko 150 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 kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	II ŚN	Jabłko 150 g				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.)
	Obiad	Szpinakowa z zacierką* 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ryba smażona (Miruna) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ziemniaki gotowane 160 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką* 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki gotowane 160 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką* 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ryba smażona (Miruna) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką* 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 120 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)				Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE.)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.) 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.) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Twaróg półtłusty 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.) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Twaróg półtłusty 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.) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Twaróg półtłusty 70 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadanej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.)
		Wartość energetyczna: 2317.31 kcal; Białko ogółem: 95.12 g; Tłuszcz: 69.42 g; Kw. tł. nasy.: 28.57 g; Węglowodany ogółem: 338.06 g; W tym cukry: 96.51 g; Błonnik pok.: 24.49 g; Sól: 7.44 g;	Wartość energetyczna: 2200.69 kcal; Białko ogółem: 90.37 g; Tłuszcz: 63.35 g; Kw. tł. nasy.: 27.80 g; Węglowodany ogółem: 326.53 g; W tym cukry: 94.89 g; Błonnik pok.: 21.05 g; Sól: 7.43 g;	Wartość energetyczna: 2255.81 kcal; Białko ogółem: 96.97 g; Tłuszcz: 68.75 g; Kw. tł. nasy.: 27.81 g; Węglowodany ogółem: 322.55 g; W tym cukry: 75.01 g; Błonnik pok.: 25.01 g; Sól: 7.53 g;	Wartość energetyczna: 2151.85 kcal; Białko ogółem: 92.34 g; Tłuszcz: 63.49 g; Kw. tł. nasy.: 27.10 g; Węglowodany ogółem: 312.54 g; W tym cukry: 74.50 g; Błonnik pok.: 22.22 g; Sól: 7.54 g;	Wartość energetyczna: 2095.18 kcal; Białko ogółem: 104.58 g; Tłuszcz: 66.78 g; Kw. tł. nasy.: 30.56 g; Węglowodany ogółem: 286.23 g; W tym cukry: 48.76 g; Błonnik pok.: 35.69 g; Sól: 8.93 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa
2024-10-05 sobota	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.) Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Ketchup 30 g (SEL.) Ogórek kiszony 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 z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Łopatką zbiojnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) 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.) Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 120 g (SOJ.) Ketchup 30 g (SEL.) Ogórek kiszony 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 z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 40 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Miód (25g) 1 szt 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 z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Ser żółty 30 g (MLE.) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	II ŚN	Banan 150 g				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Twarożek z ziołami 50 g (MLE.)
	Obiad	Koperkowa z ryżem * 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane 160 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml		Koperkowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Bigos 300 g (GLU PSZ, SEL, GOR.) Ziemniaki gotowane 180 g Banan 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Schab gotowany 80 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 120 g 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.) Pasztet z soczewicy * 50 g (JAJ.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) 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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Miód (25g) 1 szt 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.) Pasztet z soczewicy * 70 g (JAJ.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) 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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 30 g (GLU PSZ, SOJ, 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.) Pasztet z soczewicy * 70 g (JAJ.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) 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.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.)
		Wartość energetyczna: 2453.55 kcal; Białko ogółem: 93.78 g; Tłuszcz: 82.77 g; Kw. tł. nasy.: 34.90 g; Węglowodany ogółem: 343.18 g; W tym cukry: 87.90 g; Błonnik pok.: 27.80 g; Sól: 10.56 g;	Wartość energetyczna: 2198.14 kcal; Białko ogółem: 86.84 g; Tłuszcz: 59.77 g; Kw. tł. nasy.: 28.45 g; Węglowodany ogółem: 339.09 g; W tym cukry: 82.78 g; Błonnik pok.: 21.63 g; Sól: 8.29 g;	Wartość energetyczna: 2719.14 kcal; Białko ogółem: 84.95 g; Tłuszcz: 106.87 g; Kw. tł. nasy.: 41.57 g; Węglowodany ogółem: 366.30 g; W tym cukry: 95.49 g; Błonnik pok.: 31.80 g; Sól: 13.89 g;	Wartość energetyczna: 2100.61 kcal; Białko ogółem: 84.23 g; Tłuszcz: 59.01 g; Kw. tł. nasy.: 27.28 g; Węglowodany ogółem: 318.54 g; W tym cukry: 59.65 g; Błonnik pok.: 21.31 g; Sól: 8.57 g;	Wartość energetyczna: 2222.50 kcal; Białko ogółem: 109.29 g; Tłuszcz: 80.40 g; Kw. tł. nasy.: 37.96 g; Węglowodany ogółem: 284.91 g; W tym cukry: 28.40 g; Błonnik pok.: 37.59 g; Sól: 9.67 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa
2024-10-06 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Połędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Pomidor 50 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u>) Cukier 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Połędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Pomidor 50 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u>) Cukier 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Połędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Pomidor 50 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u>) Cukier 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Połędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Pomidor 50 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u>) Cukier 30 g	Mleko 200 ml (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Połędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Pomidor 50 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u>)
	II ŚN	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)				Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Ziemniaki gotowane 160 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki gotowane 160 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Brokuł gotowany* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem pełnoziarnistym * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>)				Ciasto drożdżowe b/c 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu waniliowa 50 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>) Ser żółty 30 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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>) Pasta z twarogu waniliowa 70 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</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>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodatną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>)
		Wartość energetyczna: 2400.19 kcal; Białko ogółem: 111.55 g; Tłuszcz: 89.46 g; Kw. tł. nasy.: 40.33 g; Węglowodany ogółem: 298.81 g; W tym cukry: 72.64 g; Błonnik pok.: 20.10 g; Sól: 8.95 g;	Wartość energetyczna: 2369.29 kcal; Białko ogółem: 114.59 g; Tłuszcz: 80.16 g; Kw. tł. nasy.: 35.44 g; Węglowodany ogółem: 306.89 g; W tym cukry: 75.76 g; Błonnik pok.: 17.57 g; Sól: 8.58 g;	Wartość energetyczna: 2132.03 kcal; Białko ogółem: 101.12 g; Tłuszcz: 80.45 g; Kw. tł. nasy.: 36.94 g; Węglowodany ogółem: 259.97 g; W tym cukry: 50.81 g; Błonnik pok.: 19.83 g; Sól: 8.57 g;	Wartość energetyczna: 2121.33 kcal; Białko ogółem: 107.52 g; Tłuszcz: 71.38 g; Kw. tł. nasy.: 32.50 g; Węglowodany ogółem: 269.15 g; W tym cukry: 55.09 g; Błonnik pok.: 17.29 g; Sól: 8.24 g;	Wartość energetyczna: 2461.05 kcal; Białko ogółem: 121.14 g; Tłuszcz: 96.45 g; Kw. tł. nasy.: 43.66 g; Węglowodany ogółem: 260.81 g; W tym cukry: 33.10 g; Błonnik pok.: 28.38 g; Sól: 9.48 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa
2024-10-07 poniedziałek	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>) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Serek śmietankowy naturalny 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>) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Serek śmietankowy naturalny 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>) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Serek śmietankowy naturalny 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>) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Serek śmietankowy naturalny 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>) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Serek śmietankowy naturalny 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	II ŚN	Śliwka 150 g	Jabłko 150 g			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	Kapuśniak z kapusty kiszonej * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Pierogi z truskawkami * 300 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pierogi z truskawkami * 300 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty kiszonej * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Pierogi z truskawkami * 300 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pierogi z truskawkami * 300 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet mięsno-warzywny* (wieprzowy) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml				Jabłko 150 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Buraczki z jabłkiem b/c 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>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Buraczki z jabłkiem b/c 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (<u>SOJ.</u>)
		Wartość energetyczna: 2555.02 kcal; Białko ogółem: 73.31 g; Tłuszcz: 75.11 g; Kw. tł. nasy.: 33.69 g; Węglowodany ogółem: 400.58 g; W tym cukry: 121.15 g; Błonnik pok.: 26.04 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 2521.85 kcal; Białko ogółem: 73.27 g; Tłuszcz: 69.09 g; Kw. tł. nasy.: 32.27 g; Węglowodany ogółem: 404.72 g; W tym cukry: 122.29 g; Błonnik pok.: 23.53 g; Sól: 6.26 g;	Wartość energetyczna: 2504.46 kcal; Białko ogółem: 78.65 g; Tłuszcz: 83.90 g; Kw. tł. nasy.: 38.24 g; Węglowodany ogółem: 362.46 g; W tym cukry: 83.08 g; Błonnik pok.: 25.20 g; Sól: 7.37 g;	Wartość energetyczna: 2451.96 kcal; Białko ogółem: 78.65 g; Tłuszcz: 75.69 g; Kw. tł. nasy.: 36.34 g; Węglowodany ogółem: 366.32 g; W tym cukry: 82.85 g; Błonnik pok.: 21.93 g; Sól: 6.57 g;	Wartość energetyczna: 2225.83 kcal; Białko ogółem: 83.92 g; Tłuszcz: 85.28 g; Kw. tł. nasy.: 39.24 g; Węglowodany ogółem: 296.71 g; W tym cukry: 43.08 g; Błonnik pok.: 42.33 g; Sól: 9.42 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa
2024-10-08 wtorek	Śniadanie	Makaron 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,) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (SOJ,) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Makaron 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,) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (SOJ,) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Makaron 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,) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (SOJ,) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Makaron 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,) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (SOJ,) Dżem 30 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Mleko 200 ml (MLE,) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (SOJ,) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	II ŚN	Banan 150 g				Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Paszтет sojowy z pomidorami 50 g (SOJ, GOR,)
	Obiad	Grochowa z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (GLU JECZ,) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (GLU JECZ,) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ,) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ,) Szpinak gotowany z olejem* 120 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ,) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem b/c 120 g 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,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 50 g (RYB, SEL,) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 50 g (RYB, SEL,) 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,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 70 g (RYB, SEL,) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 70 g (RYB, SEL,) Szynkowa dębowa kieł.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 (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 70 g (RYB, SEL,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
PN						Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Twarożek z ziołami 50 g (MLE,)
		Wartość energetyczna: 2422.11 kcal; Białko ogółem: 91.50 g; Tłuszcz: 72.37 g; Kw. tł. nasy.: 29.90 g; Węglowodany ogółem: 365.71 g; W tym cukry: 82.81 g; Błonnik pok.: 30.29 g; Sól: 9.56 g;	Wartość energetyczna: 2239.07 kcal; Białko ogółem: 90.71 g; Tłuszcz: 56.98 g; Kw. tł. nasy.: 27.30 g; Węglowodany ogółem: 351.75 g; W tym cukry: 82.69 g; Błonnik pok.: 23.00 g; Sól: 7.87 g;	Wartość energetyczna: 2430.48 kcal; Białko ogółem: 93.89 g; Tłuszcz: 77.69 g; Kw. tł. nasy.: 29.35 g; Węglowodany ogółem: 354.05 g; W tym cukry: 59.82 g; Błonnik pok.: 31.58 g; Sól: 10.12 g;	Wartość energetyczna: 2208.55 kcal; Białko ogółem: 87.81 g; Tłuszcz: 56.81 g; Kw. tł. nasy.: 25.68 g; Węglowodany ogółem: 347.11 g; W tym cukry: 70.94 g; Błonnik pok.: 23.13 g; Sól: 7.82 g;	Wartość energetyczna: 2502.93 kcal; Białko ogółem: 105.13 g; Tłuszcz: 97.15 g; Kw. tł. nasy.: 35.10 g; Węglowodany ogółem: 321.04 g; W tym cukry: 27.53 g; Błonnik pok.: 42.43 g; Sól: 10.95 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa
2024-10-09 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLUPSZ, SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLUPSZ, SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLUPSZ, SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLUPSZ, SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) 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.) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLUPSZ, SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	II ŚN	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt				Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Południca Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.)
	Obiad	Grysikowa z ziemniakami* 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 160 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 160 g Dynia z wody 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Dynia z wody 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.)				Ciasto drożdżowe b/c 50 g (GLU PSZ, JAJ.)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 50 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) 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 natką pietruszki 70 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 70 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) 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: 2207.39 kcal; Białko ogółem: 90.09 g; Tłuszcz: 60.55 g; Kw. tł. nasy.: 27.46 g; Węglowodany ogółem: 332.40 g; W tym cukry: 73.81 g; Błonnik pok.: 20.00 g; Sól: 8.48 g;	Wartość energetyczna: 2192.38 kcal; Białko ogółem: 91.05 g; Tłuszcz: 56.18 g; Kw. tł. nasy.: 27.21 g; Węglowodany ogółem: 334.70 g; W tym cukry: 75.38 g; Błonnik pok.: 18.27 g; Sól: 7.31 g;	Wartość energetyczna: 2063.11 kcal; Białko ogółem: 91.62 g; Tłuszcz: 57.09 g; Kw. tł. nasy.: 27.71 g; Węglowodany ogółem: 305.12 g; W tym cukry: 59.31 g; Błonnik pok.: 20.25 g; Sól: 8.63 g;	Wartość energetyczna: 2043.07 kcal; Białko ogółem: 92.62 g; Tłuszcz: 51.90 g; Kw. tł. nasy.: 27.41 g; Węglowodany ogółem: 307.69 g; W tym cukry: 61.47 g; Błonnik pok.: 18.81 g; Sól: 7.24 g;	Wartość energetyczna: 2176.69 kcal; Białko ogółem: 101.95 g; Tłuszcz: 63.20 g; Kw. tł. nasy.: 30.16 g; Węglowodany ogółem: 284.69 g; W tym cukry: 25.71 g; Błonnik pok.: 29.69 g; Sól: 10.31 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa
2024-10-10 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 50 g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	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.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Twarożek 50 g (MLE.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 70 g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	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.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Twarożek 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.) Twarożek 70 g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	II ŚN	Gruszka 150 g	Jabłko 150 g			Gruszka 150 g
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 120 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Brokuł gotowany* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Łopatką wieprzową pieczoną 80 g Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ.) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 120 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Galaretką o smaku brzoskwińowym 200 g				Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paszтет z ciecierzycy 50 g (JAJ.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) Paszтет z ciecierzycy 70 g (JAJ.) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paszтет z ciecierzycy 70 g (JAJ.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g
		Wartość energetyczna: 2388.43 kcal; Białko ogółem: 86.49 g; Tłuszcz: 69.80 g; Kw. tł. nasy.: 26.94 g; Węglowodany ogółem: 363.98 g; W tym cukry: 102.72 g; Błonnik pok.: 25.23 g; Sól: 7.77 g;	Wartość energetyczna: 2264.07 kcal; Białko ogółem: 90.07 g; Tłuszcz: 59.85 g; Kw. tł. nasy.: 25.55 g; Węglowodany ogółem: 350.87 g; W tym cukry: 100.52 g; Błonnik pok.: 21.78 g; Sól: 7.23 g;	Wartość energetyczna: 2376.89 kcal; Białko ogółem: 91.40 g; Tłuszcz: 76.36 g; Kw. tł. nasy.: 29.06 g; Węglowodany ogółem: 341.19 g; W tym cukry: 67.82 g; Błonnik pok.: 24.11 g; Sól: 8.22 g;	Wartość energetyczna: 2206.31 kcal; Białko ogółem: 93.98 g; Tłuszcz: 62.30 g; Kw. tł. nasy.: 27.07 g; Węglowodany ogółem: 326.97 g; W tym cukry: 65.34 g; Błonnik pok.: 20.54 g; Sól: 7.58 g;	Wartość energetyczna: 2213.77 kcal; Białko ogółem: 103.85 g; Tłuszcz: 76.72 g; Kw. tł. nasy.: 31.57 g; Węglowodany ogółem: 289.04 g; W tym cukry: 48.26 g; Błonnik pok.: 36.99 g; Sól: 8.93 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa
2024-10-11 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>JAJ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE.</u>) Dżem 30 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>JAJ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE.</u>) Dżem 30 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>JAJ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE.</u>) Dżem 30 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>JAJ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE.</u>) Dżem 30 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 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>) Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE.</u>) Polędwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	II ŚN	Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)				Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>)
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryba smażona (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ziemniaki gotowane 160 g Surówka żydowska z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ryżowa* 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB.</u>) Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 160 g Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryba smażona (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka żydowska z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ryżowa* 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB.</u>) Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Warzywa po grecku* 120 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem brązowym * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka żydowska z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Śliwka 150 g	Banan 150 g			Śliwka 150 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka z pomidorów z cebulką i olejem 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 jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 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>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 70 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka z pomidorów z cebulką i olejem 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 jaj z natką pietruszki - dieta 70 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 70 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka z pomidorów z cebulką i olejem 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 z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>)
		Wartość energetyczna: 2325.87 kcal; Białko ogółem: 87.37 g; Tłuszcz: 70.41 g; Kw. tł. nasy.: 26.74 g; Węglowodany ogółem: 344.74 g; W tym cukry: 112.22 g; Błonnik pok.: 22.78 g; Sól: 7.24 g;	Wartość energetyczna: 2257.17 kcal; Białko ogółem: 84.96 g; Tłuszcz: 54.57 g; Kw. tł. nasy.: 25.57 g; Węglowodany ogółem: 365.86 g; W tym cukry: 132.67 g; Błonnik pok.: 20.75 g; Sól: 6.12 g;	Wartość energetyczna: 2298.44 kcal; Białko ogółem: 90.51 g; Tłuszcz: 71.41 g; Kw. tł. nasy.: 26.11 g; Węglowodany ogółem: 332.21 g; W tym cukry: 81.43 g; Błonnik pok.: 21.46 g; Sól: 7.66 g;	Wartość energetyczna: 2166.66 kcal; Białko ogółem: 87.66 g; Tłuszcz: 55.21 g; Kw. tł. nasy.: 24.80 g; Węglowodany ogółem: 338.63 g; W tym cukry: 87.15 g; Błonnik pok.: 19.46 g; Sól: 6.31 g;	Wartość energetyczna: 1976.25 kcal; Białko ogółem: 97.28 g; Tłuszcz: 64.79 g; Kw. tł. nasy.: 27.76 g; Węglowodany ogółem: 264.05 g; W tym cukry: 34.79 g; Błonnik pok.: 28.44 g; Sól: 9.23 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa
2024-10-12 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>) Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Ketchup 30 g (<u>SEL.</u>) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 120 g (<u>SOJ.</u>) Ketchup 30 g (<u>SEL.</u>) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g	Mleko 200 ml (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>) Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	II ŚN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt				Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml				Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) 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 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz 100 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) 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 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz 100 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) 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>) Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g
		Wartość energetyczna: 2524.91 kcal; Białko ogółem: 84.09 g; Tłuszcz: 78.40 g; Kw. tł. nasy.: 35.18 g; Węglowodany ogółem: 380.42 g; W tym cukry: 125.06 g; Błonnik pok.: 24.93 g; Sól: 10.70 g;	Wartość energetyczna: 2340.83 kcal; Białko ogółem: 75.67 g; Tłuszcz: 55.09 g; Kw. tł. nasy.: 23.82 g; Węglowodany ogółem: 397.25 g; W tym cukry: 119.11 g; Błonnik pok.: 22.26 g; Sól: 8.10 g;	Wartość energetyczna: 2505.25 kcal; Białko ogółem: 87.03 g; Tłuszcz: 87.87 g; Kw. tł. nasy.: 35.90 g; Węglowodany ogółem: 351.34 g; W tym cukry: 84.85 g; Błonnik pok.: 27.30 g; Sól: 11.97 g;	Wartość energetyczna: 2263.94 kcal; Białko ogółem: 80.37 g; Tłuszcz: 58.48 g; Kw. tł. nasy.: 24.85 g; Węglowodany ogółem: 366.88 g; W tym cukry: 78.35 g; Błonnik pok.: 25.22 g; Sól: 8.36 g;	Wartość energetyczna: 2158.47 kcal; Białko ogółem: 109.34 g; Tłuszcz: 68.76 g; Kw. tł. nasy.: 34.68 g; Węglowodany ogółem: 293.01 g; W tym cukry: 30.90 g; Błonnik pok.: 33.56 g; Sól: 10.02 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa
2024-10-13 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>) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Ogórek kiszony 50 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u>) Cukier 45 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u>) Cukier 45 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Ogórek kiszony 50 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u>) Cukier 45 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u>) Cukier 45 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>) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Ogórek kiszony 50 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u>)
	II ŚN	Jabłko 150 g				Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Hummus z ciecierzycy 50 g
	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki gotowane 160 g Kapusta zasmażana 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 80 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 160 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Kapusta zasmażana 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 80 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 80 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>)				Ciasto drożdżowe b/c 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (<u>SOJ, MLE, GLU OW.</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>) Twarożek z koperkiem 70 g (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (<u>SOJ, MLE, GLU OW.</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>) Twarożek z koperkiem 70 g (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (<u>SOJ, MLE, GLU OW.</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>) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ.</u>)
		Wartość energetyczna: 2359.90 kcal; Białko ogółem: 91.93 g; Tłuszcz: 71.75 g; Kw. tł. nasy.: 28.05 g; Węglowodany ogółem: 344.78 g; W tym cukry: 86.88 g; Błonnik pok.: 24.78 g; Sól: 8.81 g;	Wartość energetyczna: 2156.63 kcal; Białko ogółem: 96.34 g; Tłuszcz: 54.48 g; Kw. tł. nasy.: 27.21 g; Węglowodany ogółem: 324.87 g; W tym cukry: 82.14 g; Błonnik pok.: 18.14 g; Sól: 7.73 g;	Wartość energetyczna: 2168.07 kcal; Białko ogółem: 91.64 g; Tłuszcz: 66.22 g; Kw. tł. nasy.: 27.28 g; Węglowodany ogółem: 309.59 g; W tym cukry: 75.35 g; Błonnik pok.: 22.22 g; Sól: 8.60 g;	Wartość energetyczna: 1958.00 kcal; Białko ogółem: 96.20 g; Tłuszcz: 48.46 g; Kw. tł. nasy.: 26.44 g; Węglowodany ogółem: 288.32 g; W tym cukry: 69.63 g; Błonnik pok.: 14.99 g; Sól: 7.52 g;	Wartość energetyczna: 2360.66 kcal; Białko ogółem: 113.29 g; Tłuszcz: 70.78 g; Kw. tł. nasy.: 33.11 g; Węglowodany ogółem: 300.20 g; W tym cukry: 44.64 g; Błonnik pok.: 30.77 g; Sól: 9.95 g;

Oznaczenia alergenów:

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

Oznaczenia wskaźników odż.:

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