

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

|                         |           | KAW- CH Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | KAW- CH Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | KAW- STO Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | KAW- STO Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | KAW- STO Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-------------------------|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-08-19 poniedziałek | Śniadanie | Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU JECZ.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> , )<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ.</u> )<br>Dżem 30 g<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU JECZ.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> , )<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ.</u> )<br>Dżem 30 g<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU JECZ.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> , )<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ.</u> )<br>Dżem 30 g<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU JECZ.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> , )<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ.</u> )<br>Dżem 30 g<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Mleko 200 ml ( <u>MLE</u> , )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> , )<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ.</u> )<br>Ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> , )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                   |
|                         | II ŚN     | Banan 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Piersz gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać</u> : <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR.</u> )                                                                                                |
|                         | Obiad     | Brokułowa z ryżem * 300 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL.</u> )<br>Kluski leniwe z serem* 300 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE.</u> )<br>Mus z jabłek prażonych 100 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL.</u> )<br>Kluski leniwe z serem* 300 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE.</u> )<br>Mus z jabłek prażonych 100 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Brokułowa z ryżem brązowym* 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL.</u> )<br>Pulpet miesno-warzyny* (wieprzowy) 80 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL.</u> )<br>Sos koperkowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>MLE.</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 180 g<br>Surówka z pora i jabłka z koperkiem (z olejem) 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                  |
|                         | PD        | Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Jabłko 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|                         | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> , )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g<br>Szprot w sosie pomidorowym 50 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL.</u> )<br>Papryka świeża 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                          | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> , )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g<br>Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                             | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> , )<br>Szprot w sosie pomidorowym 50 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL.</u> )<br>Twaróg półtłusty 70 g ( <u>MLE</u> , )<br>Papryka świeża 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                             | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> , )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g<br>Twaróg półtłusty 70 g ( <u>MLE</u> , )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                               | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> , )<br>Szprot w sosie pomidorowym 50 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL.</u> )<br>Twaróg półtłusty 70 g ( <u>MLE</u> , )<br>Papryka świeża 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                               |
|                         | PN        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> , )<br>Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g ( <u>SOJ</u> , <u>może zawierać</u> : <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>OZI</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>SEZ.</u> ) |
|                         |           | Wartość energetyczna: 2450.04 kcal;<br>Białko ogółem: 75.34 g; Tłuszcz: 60.62 g;<br>Kw. tł. nasy.: 31.81 g; Węglowodany ogółem: 410.04 g; W tym cukry: 147.97 g;<br>Błonnik pok.: 19.93 g; Sól: 6.44 g;                                                                                                                                                                                                                                                      | Wartość energetyczna: 2410.77 kcal;<br>Białko ogółem: 74.61 g; Tłuszcz: 56.80 g;<br>Kw. tł. nasy.: 30.04 g; Węglowodany ogółem: 407.71 g; W tym cukry: 145.35 g;<br>Błonnik pok.: 16.48 g; Sól: 7.17 g;                                                                                                                                                                                                                                     | Wartość energetyczna: 2314.38 kcal;<br>Białko ogółem: 85.46 g; Tłuszcz: 65.13 g;<br>Kw. tł. nasy.: 34.61 g; Węglowodany ogółem: 354.67 g; W tym cukry: 95.66 g;<br>Błonnik pok.: 18.67 g; Sól: 6.02 g;                                                                                                                                                                                                                                                       | Wartość energetyczna: 2277.61 kcal;<br>Białko ogółem: 85.72 g; Tłuszcz: 61.25 g;<br>Kw. tł. nasy.: 32.86 g; Węglowodany ogółem: 352.38 g; W tym cukry: 93.30 g;<br>Błonnik pok.: 15.23 g; Sól: 6.69 g;                                                                                                                                                                                                                                      | Wartość energetyczna: 2122.73 kcal;<br>Białko ogółem: 97.39 g; Tłuszcz: 77.24 g;<br>Kw. tł. nasy.: 37.48 g; Węglowodany ogółem: 277.38 g; W tym cukry: 51.38 g;<br>Błonnik pok.: 37.89 g; Sól: 8.56 g;                                                                                                                                                                 |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

|                   |           | KAW- CH Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | KAW- CH Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | KAW- STO Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | KAW- STO Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | KAW- STO Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-------------------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-08-20 wtorek | Śniadanie | Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <b>SOJ</b> )<br>Ogórek świeży 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g                                                                                         | Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <b>SOJ</b> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g                                                                          | Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <b>MLE</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <b>SOJ</b> )<br>Ogórek świeży 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g                                                                                         | Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <b>MLE</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <b>SOJ</b> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g                                                                                                                                               | Mleko 200 ml ( <b>MLE</b> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <b>SOJ</b> )<br>Ogórek świeży 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                                                                                     |
|                   | II ŚN     | Jabłko 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Chleb żytni razowy 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną 30 g ( <b>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|                   | Obiad     | Pieczarkowa z ziemniakami * 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> )<br>Bitka z szynki wieprzowej 80 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Sos szpinakowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Makaron 180 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                        | Solferino * 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> )<br>Bitka z szynki wieprzowej 80 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Sos szpinakowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Makaron 180 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                 | Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> )<br>Bitka z szynki wieprzowej 80 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Sos szpinakowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Makaron 180 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                        | Solferino * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> )<br>Bitka z szynki wieprzowej 80 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Sos szpinakowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Makaron 180 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> )<br>Bitka z szynki wieprzowej 80 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Sos szpinakowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                |
|                   | PD        | Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml ( <b>MLE</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|                   | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <b>SOJ</b> )<br>Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</b> )<br>Surówka z marchwi i selera naciowego z olejem 50 g ( <b>SEL</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <b>SOJ</b> )<br>Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <b>SOJ</b> )<br>Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</b> )<br>Surówka z marchwi i selera naciowego z olejem 50 g ( <b>SEL</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <b>SOJ</b> )<br>Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> )<br>Surówka z marchwi i selera naciowego z olejem 50 g ( <b>SEL</b> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <b>SOJ</b> )<br>Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> )<br>Surówka z marchwi i selera naciowego z olejem 50 g ( <b>SEL</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml |
|                   | PN        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Twarożek 50 g ( <b>MLE</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|                   |           | Wartość energetyczna: 2451.27 kcal; Białko ogółem: 98.83 g; Tłuszcz: 76.05 g; Kw. tł. nasy.: 30.12 g; Węglowodany ogółem: 354.09 g; W tym cukry: 92.02 g; Błonnik pok.: 23.74 g; Sól: 8.06 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Wartość energetyczna: 2366.19 kcal; Białko ogółem: 96.71 g; Tłuszcz: 66.90 g; Kw. tł. nasy.: 28.05 g; Węglowodany ogółem: 354.15 g; W tym cukry: 93.37 g; Błonnik pok.: 19.96 g; Sól: 7.48 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Wartość energetyczna: 2335.36 kcal; Białko ogółem: 100.09 g; Tłuszcz: 76.84 g; Kw. tł. nasy.: 29.59 g; Węglowodany ogółem: 321.40 g; W tym cukry: 57.54 g; Błonnik pok.: 22.44 g; Sól: 8.47 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Wartość energetyczna: 2211.96 kcal; Białko ogółem: 94.49 g; Tłuszcz: 65.12 g; Kw. tł. nasy.: 26.72 g; Węglowodany ogółem: 321.17 g; W tym cukry: 59.65 g; Błonnik pok.: 18.55 g; Sól: 7.51 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Wartość energetyczna: 2198.92 kcal; Białko ogółem: 109.50 g; Tłuszcz: 78.66 g; Kw. tł. nasy.: 32.82 g; Węglowodany ogółem: 276.47 g; W tym cukry: 26.91 g; Błonnik pok.: 34.95 g; Sól: 8.91 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

|                  |           | KAW- CH Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | KAW- CH Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | KAW- STO Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | KAW- STO Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | KAW- STO Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-08-21 środa | Śniadanie | Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g<br>Dżem 30 g<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g                                             | Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g<br>Dżem 30 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g                                                       | Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g<br>Dżem 30 g<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g                                             | Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g<br>Dżem 30 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g                                                       | Mleko 200 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Ser żółty 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                          |
|                  | I śN      | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Filet z kurczaka gotowany 30 g                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|                  | Obiad     | Zupa z soczewicy i ziemniakami * 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Kotlet pożarski-drobiowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 160 g<br>Mizeria 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                        | Gryskowa z ziemniakami* 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 160 g<br>Buraczki gotowane 100 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                              | Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Kotlet pożarski-drobiowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 180 g<br>Mizeria 120 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                        | Gryskowa z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 180 g<br>Buraczki gotowane 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                              | Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 180 g<br>Mizeria 120 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                               |
|                  | PD        | Arbuz 200 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Arbuz 200 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|                  | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Sałatka wiosenna 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałatka wiosenna - diety 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek homo. naturalny 70 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Sałatka wiosenna 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Serek homo. naturalny 70 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałatka wiosenna - diety 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek homo. naturalny 70 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Sałatka wiosenna 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml |
|                  | PN        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u> )                                                                                          |
|                  |           | Wartość energetyczna: 2449.30 kcal;<br>Białko ogółem: 95.18 g; Tłuszcz: 76.09 g;<br>Kw. tł. nasy.: 28.22 g; Węglowodany ogółem: 356.53 g; W tym cukry: 96.20 g;<br>Błonnik pok.: 24.78 g; Sól: 7.66 g;                                                                                                                                                                                                                                         | Wartość energetyczna: 2210.56 kcal;<br>Białko ogółem: 82.50 g; Tłuszcz: 62.71 g;<br>Kw. tł. nasy.: 26.07 g; Węglowodany ogółem: 338.11 g; W tym cukry: 100.12 g;<br>Błonnik pok.: 19.23 g; Sól: 7.33 g;                                                                                                                                                                                                                                                | Wartość energetyczna: 2402.25 kcal;<br>Białko ogółem: 97.26 g; Tłuszcz: 76.64 g;<br>Kw. tł. nasy.: 27.10 g; Węglowodany ogółem: 341.90 g; W tym cukry: 71.22 g;<br>Błonnik pok.: 26.14 g; Sól: 7.80 g;                                                                                                                                                                                                                                         | Wartość energetyczna: 2132.91 kcal;<br>Białko ogółem: 82.49 g; Tłuszcz: 61.45 g;<br>Kw. tł. nasy.: 24.64 g; Węglowodany ogółem: 321.62 g; W tym cukry: 75.84 g;<br>Błonnik pok.: 19.97 g; Sól: 7.47 g;                                                                                                                                                                                                                                                 | Wartość energetyczna: 2255.64 kcal;<br>Białko ogółem: 105.16 g; Tłuszcz: 77.04 g;<br>Kw. tł. nasy.: 32.94 g; Węglowodany ogółem: 305.08 g; W tym cukry: 56.37 g;<br>Błonnik pok.: 36.44 g; Sól: 8.63 g;                                                                                                                                                                                |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

|                     |           | KAW- CH Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | KAW- CH Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | KAW- STO Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | KAW- STO Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | KAW- STO Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|---------------------|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-08-22 czwartek | Śniadanie | Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> )<br>Łopatka zbiojnicka wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Ogórek świeży 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g                                                                                                                                             | Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> )<br>Łopatka zbiojnicka wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g                                                                                                     | Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> )<br>Łopatka zbiojnicka wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Ogórek świeży 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> )<br>Łopatka zbiojnicka wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g                                                                                                     | Mleko 200 ml ( <u>MLE,</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> )<br>Łopatka zbiojnicka wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Ogórek świeży 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                            |
|                     | 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> )<br>Paszтет sojowy z pomidorami 50 g ( <u>SOJ, GOR,</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|                     | Obiad     | Barszcz biały z ziemniakami * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u> )<br>Gołąbek siekany z mięsa wp 250 g ( <u>JAJ,</u> )<br>Sos pomidorowy 80 ml ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 160 g<br>Sałata zielona z jogurtem 60 g ( <u>MLE,</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Ziemniaczana * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Leczo z drobiem-dieta * 200 g<br>Ryż na sypko 160 g<br>Sałata zielona z jogurtem 60 g ( <u>MLE,</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u> )<br>Gołąbek siekany z mięsa wp 250 g ( <u>JAJ,</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 180 g<br>Sos pomidorowy 80 ml ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Sałata zielona z jogurtem 60 g ( <u>MLE,</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                     | Ziemniaczana * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Leczo z drobiem-dieta * 200 g<br>Ryż na sypko 180 g<br>Sałata zielona z jogurtem 60 g ( <u>MLE,</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u> )<br>Leczo z drobiem-dieta * 200 g<br>Ryż na sypko (brązowy) 180 g<br>Sałata zielona z jogurtem 60 g ( <u>MLE,</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                       |
|                     | PD        | Jabłko 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|                     | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Paszтет z ciecierzycy * 50 g ( <u>JAJ,</u> )<br>Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u> )<br>Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u> )<br>Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u> )<br>Paszтет z ciecierzycy * 70 g ( <u>JAJ,</u> )<br>Papryka świeża 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml        | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u> )<br>Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u> )<br>Paszтет z ciecierzycy * 70 g ( <u>JAJ,</u> )<br>Papryka świeża 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml |
|                     | PN        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g                                                                                                                                                                                                                                            |
|                     |           | Wartość energetyczna: 2500.77 kcal;<br>Białko ogółem: 97.36 g; Tłuszcz: 77.40 g;<br>Kw. tł. nasy.: 30.51 g; Węglowodany ogółem: 364.57 g; W tym cukry: 73.77 g;<br>Błonnik pok.: 27.12 g; Sól: 8.39 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Wartość energetyczna: 2184.86 kcal;<br>Białko ogółem: 79.10 g; Tłuszcz: 54.28 g;<br>Kw. tł. nasy.: 23.78 g; Węglowodany ogółem: 354.32 g; W tym cukry: 68.94 g;<br>Błonnik pok.: 20.77 g; Sól: 7.86 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Wartość energetyczna: 2383.85 kcal;<br>Białko ogółem: 98.28 g; Tłuszcz: 74.27 g;<br>Kw. tł. nasy.: 30.63 g; Węglowodany ogółem: 341.18 g; W tym cukry: 64.55 g;<br>Błonnik pok.: 24.92 g; Sól: 8.27 g;                                                                                                                                                                                                                                                                       | Wartość energetyczna: 2043.67 kcal;<br>Białko ogółem: 78.72 g; Tłuszcz: 49.33 g;<br>Kw. tł. nasy.: 23.49 g; Węglowodany ogółem: 330.47 g; W tym cukry: 59.03 g;<br>Błonnik pok.: 17.94 g; Sól: 7.64 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Wartość energetyczna: 2137.30 kcal;<br>Białko ogółem: 83.73 g; Tłuszcz: 74.82 g;<br>Kw. tł. nasy.: 27.33 g; Węglowodany ogółem: 295.71 g; W tym cukry: 30.01 g;<br>Błonnik pok.: 40.69 g; Sól: 8.81 g;                                                                                                                                                                                                        |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

|                   |           | KAW- CH Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | KAW- CH Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | KAW- STO Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | KAW- STO Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | KAW- STO Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-08-23 piątek | Śniadanie | Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 30 g ( <u>SOJ, MLE, GLU OW,</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 30 g ( <u>SOJ, MLE, GLU OW,</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 30 g ( <u>SOJ, MLE, GLU OW,</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 30 g ( <u>SOJ, MLE, GLU OW,</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Mleko 200 ml ( <u>MLE,</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 30 g ( <u>SOJ, MLE, GLU OW,</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml |
|                   | II ŚN     | Śliwka 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Jabłko pieczone 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ,</u> )                                                                                                                                                                                                     |
|                   | Obiad     | Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Ryba smażona (Miruna) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 160 g<br>Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                         | Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Ryba pieczona (Miruna) 80 g ( <u>RYB,</u> )<br>Sos pietruszkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 160 g<br>Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                               | Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Ryba smażona (Miruna) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 180 g<br>Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                    | Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Ryba pieczona (Miruna) 80 g ( <u>RYB,</u> )<br>Sos pietruszkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 180 g<br>Szpinak gotowany z olejem* 120 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                               | Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Ryba pieczona (Miruna) 80 g ( <u>RYB,</u> )<br>Sos pietruszkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 180 g<br>Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                   |
|                   | PD        | Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml ( <u>MLE,</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml ( <u>MLE,</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|                   | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Połędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g ( <u>SOJ, MLE,</u> )<br>Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 50 g ( <u>MLE,</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                           | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Połędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g ( <u>SOJ, MLE,</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem 50 g ( <u>MLE,</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                  | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Połędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g ( <u>SOJ, MLE,</u> )<br>Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 70 g ( <u>MLE,</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                      | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Połędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g ( <u>SOJ, MLE,</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem 70 g ( <u>MLE,</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                  | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Połędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g ( <u>SOJ, MLE,</u> )<br>Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 70 g ( <u>MLE,</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                   |
|                   | PN        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> )<br>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ,</u> )                                                                                                                                                           |
|                   |           | Wartość energetyczna: 2258.62 kcal;<br>Białko ogółem: 93.99 g; Tłuszcz: 67.30 g;<br>Kw. tł. nasy.: 28.17 g; Węglowodany ogółem: 329.16 g; W tym cukry: 96.64 g;<br>Błonnik pok.: 24.65 g; Sól: 7.81 g;                                                                                                                                                                                                                                                                      | Wartość energetyczna: 2105.11 kcal;<br>Białko ogółem: 90.79 g; Tłuszcz: 56.33 g;<br>Kw. tł. nasy.: 27.14 g; Węglowodany ogółem: 317.32 g; W tym cukry: 93.90 g;<br>Błonnik pok.: 20.23 g; Sól: 7.68 g;                                                                                                                                                                                                                                                        | Wartość energetyczna: 2137.07 kcal;<br>Białko ogółem: 95.13 g; Tłuszcz: 66.46 g;<br>Kw. tł. nasy.: 27.39 g; Węglowodany ogółem: 299.53 g; W tym cukry: 65.48 g;<br>Błonnik pok.: 24.50 g; Sól: 8.05 g;                                                                                                                                                                                                                                                                 | Wartość energetyczna: 1981.63 kcal;<br>Białko ogółem: 92.49 g; Tłuszcz: 55.40 g;<br>Kw. tł. nasy.: 26.37 g; Węglowodany ogółem: 286.41 g; W tym cukry: 60.54 g;<br>Błonnik pok.: 19.18 g; Sól: 7.92 g;                                                                                                                                                                                                                                                        | Wartość energetyczna: 2013.97 kcal;<br>Białko ogółem: 100.67 g; Tłuszcz: 66.35 g;<br>Kw. tł. nasy.: 31.24 g; Węglowodany ogółem: 269.30 g; W tym cukry: 48.91 g;<br>Błonnik pok.: 33.36 g; Sól: 9.10 g;                                                                                                                                                     |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

|                   |           | KAW- CH Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | KAW- CH Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | KAW- STO Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | KAW- STO Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | KAW- STO Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-08-24 sobota | Śniadanie | Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ</u> )<br>Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> )<br>Ketchup 30 g ( <u>SEL</u> )<br>Ogórek świeży 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> )<br>Miód (25g) 1 szt<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Ryż na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 120 g ( <u>SOJ</u> )<br>Ketchup 30 g ( <u>SEL</u> )<br>Ogórek świeży 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Ryż na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> )<br>Miód (25g) 1 szt<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Mleko 200 ml ( <u>MLE</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Schab Maryny- wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną 30 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u> )<br>Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> )<br>Ogórek świeży 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml |
|                   | II ŚN     | Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Twarożek z koperkiem 50 g ( <u>MLE</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|                   | Obiad     | Grochowa z ziemniakami * 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 160 g<br>Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Selerowa z ziemniakami * 300 ml ( <u>MLE, SEL</u> )<br>Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 160 g<br>Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                  | Grochowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 180 g<br>Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                         | Selerowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> )<br>Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 180 g<br>Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                  | Grochowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Bitka schabowa 80 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Sos bazylowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 180 g<br>Ogórek kiszony z cebulką z olejem 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                             |
|                   | PD        | Banan 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|                   | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> )<br>Serek Fromage 50 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )<br>Rzodkiew biała 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                                                                                               | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> )<br>Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                              | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> )<br>Serek Fromage 70 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )<br>Rzodkiew biała 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                 | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> )<br>Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                              | Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> )<br>Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ</u> )<br>Rzodkiew biała 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                                       |
|                   | PN        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|                   |           | Wartość energetyczna: 2620.53 kcal;<br>Białko ogółem: 100.42 g; Tłuszcz: 94.92 g;<br>Kw. tł. nasy.: 46.51 g; Węglowodany ogółem: 353.83 g; W tym cukry: 113.64 g;<br>Błonnik pok.: 28.97 g; Sól: 8.92 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Wartość energetyczna: 2259.69 kcal;<br>Białko ogółem: 89.80 g; Tłuszcz: 61.47 g;<br>Kw. tł. nasy.: 28.26 g; Węglowodany ogółem: 350.76 g; W tym cukry: 108.08 g;<br>Błonnik pok.: 21.26 g; Sól: 7.06 g;                                                                                                                                                                                                                                                            | Wartość energetyczna: 2747.69 kcal;<br>Białko ogółem: 96.67 g; Tłuszcz: 117.55 g;<br>Kw. tł. nasy.: 54.29 g; Węglowodany ogółem: 334.19 g; W tym cukry: 68.89 g;<br>Błonnik pok.: 29.07 g; Sól: 10.11 g;                                                                                                                                                                                                                                        | Wartość energetyczna: 2132.70 kcal;<br>Białko ogółem: 85.25 g; Tłuszcz: 60.45 g;<br>Kw. tł. nasy.: 26.83 g; Węglowodany ogółem: 321.77 g; W tym cukry: 62.67 g;<br>Błonnik pok.: 20.49 g; Sól: 7.16 g;                                                                                                                                                                                                                                                             | Wartość energetyczna: 2215.73 kcal;<br>Białko ogółem: 109.54 g; Tłuszcz: 72.16 g;<br>Kw. tł. nasy.: 29.89 g; Węglowodany ogółem: 297.60 g; W tym cukry: 42.79 g;<br>Błonnik pok.: 31.24 g; Sól: 10.39 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                           |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

|                      |           | KAW- CH Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | KAW- CH Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | KAW- STO Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | KAW- STO Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | KAW- STO Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|----------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-08-25 niedziela | Śniadanie | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Szynkowa dębowa<br>kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Papryka świeża 50 g<br>Kakao z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Cukier 30 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Szynkowa dębowa<br>kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Kakao z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Cukier 30 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Szynkowa dębowa<br>kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Papryka świeża 50 g<br>Kakao z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Cukier 30 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Szynkowa dębowa<br>kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Kakao z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Cukier 30 g | Mleko 200 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Szynkowa dębowa<br>kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Papryka świeża 50 g                                 |
|                      | II ŚN     | Jabłko 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Ser żółty 30 g ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                            |
|                      | Obiad     | Rosół z makaronem * 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g<br>Ziemniaki młode gotowane 160 g<br>Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 100 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                  | Rosół z makaronem * 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g<br>Sos ziołowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 160 g<br>Brokuł gotowany* 100 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                             | Rosół z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g<br>Ziemniaki młode gotowane 180 g<br>Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                  | Rosół z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g<br>Sos ziołowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 180 g<br>Brokuł gotowany* 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                             | Rosół z makaronem pełnoziarnistym 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g<br>Sos ziołowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 180 g<br>Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                       |
|                      | PD        | Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Jabłko 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|                      | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Połędwica Sopotcka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g ( <u>SOJ, MLE.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Połędwica Sopotcka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g ( <u>SOJ, MLE.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml |
|                      | PN        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny srednio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u> )                              |
|                      |           | Wartość energetyczna: 2304.99 kcal;<br>Białko ogółem: 106.02 g; Tłuszcz: 81.10 g;<br>Kw. tł. nasy.: 32.48 g; Węglowodany ogółem: 296.47 g; W tym cukry: 70.43 g;<br>Błonnik pok.: 23.12 g; Sól: 8.47 g;                                                                                                                                                                                  | Wartość energetyczna: 2278.48 kcal;<br>Białko ogółem: 108.23 g; Tłuszcz: 76.04 g;<br>Kw. tł. nasy.: 32.11 g; Węglowodany ogółem: 297.27 g; W tym cukry: 66.07 g;<br>Błonnik pok.: 19.80 g; Sól: 8.57 g;                                                                                                                                                                         | Wartość energetyczna: 2087.05 kcal;<br>Białko ogółem: 103.17 g; Tłuszcz: 75.63 g;<br>Kw. tł. nasy.: 31.45 g; Węglowodany ogółem: 257.06 g; W tym cukry: 57.28 g;<br>Błonnik pok.: 20.28 g; Sól: 8.23 g;                                                                                                                                                                                  | Wartość energetyczna: 2050.49 kcal;<br>Białko ogółem: 105.58 g; Tłuszcz: 69.61 g;<br>Kw. tł. nasy.: 31.01 g; Węglowodany ogółem: 257.25 g; W tym cukry: 52.48 g;<br>Błonnik pok.: 16.90 g; Sól: 8.36 g;                                                                                                                                                                         | Wartość energetyczna: 2233.83 kcal;<br>Białko ogółem: 114.35 g; Tłuszcz: 90.06 g;<br>Kw. tł. nasy.: 39.33 g; Węglowodany ogółem: 260.26 g; W tym cukry: 43.08 g;<br>Błonnik pok.: 36.11 g; Sól: 9.66 g;                                                                                                                    |



Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

|                         |           | KAW- CH Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | KAW- CH Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | KAW- STO Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | KAW- STO Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | KAW- STO Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-------------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-08-26 poniedziałek | Śniadanie | Kasza jaglana na mleku 300 ml ( <u>MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Kasza jaglana na mleku 300 ml ( <u>MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Kasza jaglana na mleku 400 ml ( <u>MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Kasza jaglana na mleku 400 ml ( <u>MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Mleko 200 ml ( <u>MLE,</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml |
|                         | II ŚN     | Chrupki kukurydziane 20 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|                         | Obiad     | Barszcz ukraiński z ziemniakami* 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Ryż na sypko 160 g<br>Sos jogurtowo-porceczkowy* 100 g ( <u>MLE,</u> )<br>Banan 150 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Barszcz czerwony z ziemniakami * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Ryż na sypko 160 g<br>Sos jogurtowo-porceczkowy* 100 g ( <u>MLE,</u> )<br>Banan 150 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Ryż na sypko 180 g<br>Sos jogurtowo-porceczkowy* 100 g ( <u>MLE,</u> )<br>Banan 150 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Ryż na sypko 180 g<br>Sos jogurtowo-porceczkowy* 100 g ( <u>MLE,</u> )<br>Banan 150 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Pulpet drobiowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> )<br>Sos majerankowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Ryż na sypko (brązowy) 180 g<br>Surówka z marchwi z olejem b/c 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                      |
|                         | PD        | Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <u>SOJ,</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|                         | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> )<br>Ser żółty 30 g ( <u>MLE,</u> )<br>Ogórek świeży 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                   | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE,</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                                                                                                             | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> )<br>Ser żółty 30 g ( <u>MLE,</u> )<br>Ogórek świeży 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                   | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> )<br>Serek homo. naturalny 70 g ( <u>MLE,</u> )<br>Ogórek świeży 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                                                                                                              | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> )<br>Serek homo. naturalny 70 g ( <u>MLE,</u> )<br>Ogórek świeży 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                                                                              |
|                         | PN        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> )<br>Ser żółty 30 g ( <u>MLE,</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|                         |           | Wartość energetyczna: 2219.12 kcal;<br>Białko ogółem: 67.22 g; Tłuszcz: 53.23 g;<br>Kw. tł. nasy.: 28.60 g; Węglowodany ogółem: 381.91 g; W tym cukry: 118.57 g;<br>Błonnik pok.: 25.21 g; Sól: 7.54 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Wartość energetyczna: 2168.13 kcal;<br>Białko ogółem: 66.04 g; Tłuszcz: 45.35 g;<br>Kw. tł. nasy.: 22.61 g; Węglowodany ogółem: 385.50 g; W tym cukry: 116.78 g;<br>Błonnik pok.: 21.58 g; Sól: 6.83 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Wartość energetyczna: 2140.47 kcal;<br>Białko ogółem: 71.29 g; Tłuszcz: 55.33 g;<br>Kw. tł. nasy.: 29.67 g; Węglowodany ogółem: 353.53 g; W tym cukry: 94.35 g;<br>Błonnik pok.: 25.50 g; Sól: 7.80 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Wartość energetyczna: 2108.76 kcal;<br>Białko ogółem: 72.51 g; Tłuszcz: 47.91 g;<br>Kw. tł. nasy.: 23.67 g; Węglowodany ogółem: 358.31 g; W tym cukry: 92.29 g;<br>Błonnik pok.: 21.53 g; Sól: 7.11 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Wartość energetyczna: 2162.24 kcal;<br>Białko ogółem: 97.72 g; Tłuszcz: 74.57 g;<br>Kw. tł. nasy.: 32.25 g; Węglowodany ogółem: 293.45 g; W tym cukry: 33.18 g;<br>Błonnik pok.: 41.16 g; Sól: 9.36 g;                                                                                                                                                                                                                                                                           |



Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

|                   |           | KAW- CH Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | KAW- CH Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | KAW- STO Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | KAW- STO Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | KAW- STO Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-08-27 wtorek | Śniadanie | Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Rzodkiew biała 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Rzodkiew biała 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Mleko 200 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Rzodkiew biała 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                           |
|                   | II ŚN     | Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                    |
|                   | Obiad     | Jarzynowa z zacierką * 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> )<br>Filet z kurczaka gotowany 80 g<br>Sos pietruszkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 160 g<br>Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                       | Jarzynowa z zacierką * 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> )<br>Filet z kurczaka gotowany 80 g<br>Sos pietruszkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 160 g<br>Marchew gotowana z olejem* 100 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                               | Jarzynowa z zacierką * 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> )<br>Filet z kurczaka gotowany 80 g<br>Sos pietruszkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 180 g<br>Surówka wielowarzywna z olejem b/c 120 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                       | Jarzynowa z zacierką * 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> )<br>Filet z kurczaka gotowany 80 g<br>Sos pietruszkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 180 g<br>Marchew gotowana z olejem* 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                               | Jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Filet z kurczaka gotowany 80 g<br>Sos pietruszkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 180 g<br>Surówka wielowarzywna z olejem b/c 120 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                      |
|                   | PD        | Arbuz 200 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|                   | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Sałatka wiosenna 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                              | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Sałatka zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml               | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Sałatka wiosenna 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                              | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Sałatka zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml               | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Sałatka wiosenna 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml |
| PN                |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab gotowany 30 g                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|                   |           | Wartość energetyczna: 2058.68 kcal;<br>Białko ogółem: 92.11 g; Tłuszcz: 53.20 g;<br>Kw. tł. nasy.: 25.54 g; Węglowodany ogółem: 318.63 g; W tym cukry: 108.64 g;<br>Błonnik pok.: 23.96 g; Sól: 8.37 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Wartość energetyczna: 2052.75 kcal;<br>Białko ogółem: 91.89 g; Tłuszcz: 51.45 g;<br>Kw. tł. nasy.: 25.41 g; Węglowodany ogółem: 319.56 g; W tym cukry: 108.53 g;<br>Błonnik pok.: 20.45 g; Sól: 7.96 g;                                                                                                                                                                                                                                                                             | Wartość energetyczna: 1923.00 kcal;<br>Białko ogółem: 87.19 g; Tłuszcz: 52.17 g;<br>Kw. tł. nasy.: 24.32 g; Węglowodany ogółem: 288.27 g; W tym cukry: 61.27 g;<br>Błonnik pok.: 24.45 g; Sól: 8.72 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Wartość energetyczna: 1915.58 kcal;<br>Białko ogółem: 86.81 g; Tłuszcz: 50.27 g;<br>Kw. tł. nasy.: 24.17 g; Węglowodany ogółem: 289.39 g; W tym cukry: 61.34 g;<br>Błonnik pok.: 21.10 g; Sól: 8.27 g;                                                                                                                                                                                                                                                                              | Wartość energetyczna: 1908.21 kcal;<br>Białko ogółem: 101.20 g; Tłuszcz: 63.77 g;<br>Kw. tł. nasy.: 30.12 g; Węglowodany ogółem: 248.70 g; W tym cukry: 27.84 g;<br>Błonnik pok.: 35.49 g; Sól: 9.13 g;                                                                                                                                                                                                        |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

|                  |           | KAW- CH Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | KAW- CH Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | KAW- STO Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | KAW- STO Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | KAW- STO Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-08-28 środa | Śniadanie | Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Ser żółty 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g                                                                                                                     | Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g                                                                                                 | Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Ser żółty 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g                          | Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 70 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g                                                                                                 | Mleko 200 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser żółty 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                            |
|                  | 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> )<br>Schab Maryny- wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> )                                                                                                                                                                                        |
|                  | Obiad     | Kapuśniak z kapusty białej * 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u> )<br>Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Kasza gryczana 160 g<br>Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                            | Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 160 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                        | Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u> )<br>Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Kasza gryczana 180 g<br>Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                 | Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                        | Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u> )<br>Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Kasza gryczana 180 g<br>Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                         |
|                  | PD        | Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|                  | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )<br>Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Ogórek świeży 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )<br>Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Paprykarz szczeciński 70 g ( <u>RYB, SOJ.</u> )<br>Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Ogórek świeży 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )<br>Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Paprykarz szczeciński 70 g ( <u>RYB, SOJ.</u> )<br>Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Ogórek świeży 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml |
|                  | PN        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ.</u> )                                                                                                                                                                                                                    |
|                  |           | Wartość energetyczna: 2395.19 kcal;<br>Białko ogółem: 90.34 g; Tłuszcz: 70.24 g;<br>Kw. tł. nasy.: 33.03 g; Węglowodany ogółem: 362.89 g; W tym cukry: 106.71 g;<br>Błonnik pok.: 25.32 g; Sól: 9.20 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Wartość energetyczna: 2221.02 kcal;<br>Białko ogółem: 81.23 g; Tłuszcz: 52.12 g;<br>Kw. tł. nasy.: 25.02 g; Węglowodany ogółem: 366.72 g; W tym cukry: 102.37 g;<br>Błonnik pok.: 21.62 g; Sól: 7.66 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Wartość energetyczna: 2397.10 kcal;<br>Białko ogółem: 95.73 g; Tłuszcz: 81.45 g;<br>Kw. tł. nasy.: 34.57 g; Węglowodany ogółem: 334.74 g; W tym cukry: 64.47 g;<br>Błonnik pok.: 28.71 g; Sól: 9.25 g;                                                                                                                                                                                                                                           | Wartość energetyczna: 2152.95 kcal;<br>Białko ogółem: 89.17 g; Tłuszcz: 55.43 g;<br>Kw. tł. nasy.: 26.19 g; Węglowodany ogółem: 335.39 g; W tym cukry: 59.10 g;<br>Błonnik pok.: 24.17 g; Sól: 7.93 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Wartość energetyczna: 2355.96 kcal;<br>Białko ogółem: 101.03 g; Tłuszcz: 85.01 g;<br>Kw. tł. nasy.: 36.49 g; Węglowodany ogółem: 316.74 g; W tym cukry: 47.78 g;<br>Błonnik pok.: 39.41 g; Sól: 11.01 g;                                                                                                                                                                                 |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

|                     |           | KAW- CH Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | KAW- CH Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | KAW- STO Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | KAW- STO Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | KAW- STO Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|---------------------|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-08-29 czwartek | Śniadanie | Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Serek Fromage 50 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> )<br>Szynkówka- wieprzowa, średnio rozdrobniona, parzona, wędzona 30 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Serek Fromage 70 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynkówka- wieprzowa, średnio rozdrobniona, parzona, wędzona 30 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Mleko 200 ml ( <u>MLE,</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Serek Fromage 70 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml |
|                     | II ŚN     | Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Twaróg półtłusty 50 g ( <u>MLE,</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|                     | Obiad     | Szpinakowa z ziemniakami * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Sos boloński z mięsa wieprz łop* 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Sałata zielona z rzodkiewką i jogurtem 60 g ( <u>MLE,</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                | Szpinakowa z ziemniakami * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Sos boloński z mięsa wieprz łop* 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                                                               | Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Sos boloński z mięsa wieprz łop* 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Sałata zielona z rzodkiewką i jogurtem 60 g ( <u>MLE,</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                | Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Sos boloński z mięsa wieprz łop* 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                                                               | Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Szynka wieprzowa gotowana 80 g<br>Sos pomidorowy 80 ml ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Sałata zielona z rzodkiewką i jogurtem 60 g ( <u>MLE,</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                              |
|                     | PD        | Banan 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|                     | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Paszтет z fasoli* 50 g ( <u>JAJ,</u> )<br>Papryka świeża 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                                                                                            | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Szynka szkolna- wp. parzona 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                                                                                                 | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Paszтет z fasoli* 70 g ( <u>JAJ,</u> )<br>Papryka świeża 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                                                                                            | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Szynka szkolna- wp. parzona 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                                                                                                 | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Paszтет z fasoli* 70 g ( <u>JAJ,</u> )<br>Papryka świeża 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                                            |
|                     | PN        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> )<br>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ,</u> )                                                                                                                                                                                                      |
|                     |           | Wartość energetyczna: 2567.11 kcal;<br>Białko ogółem: 84.77 g; Tłuszcz: 81.37 g;<br>Kw. tł. nasy.: 39.19 g; Węglowodany ogółem: 385.00 g; W tym cukry: 87.68 g;<br>Błonnik pok.: 27.26 g; Sól: 6.77 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Wartość energetyczna: 2330.57 kcal;<br>Białko ogółem: 84.37 g; Tłuszcz: 61.13 g;<br>Kw. tł. nasy.: 26.45 g; Węglowodany ogółem: 367.91 g; W tym cukry: 81.19 g;<br>Błonnik pok.: 18.93 g; Sól: 7.94 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Wartość energetyczna: 2442.36 kcal;<br>Białko ogółem: 86.95 g; Tłuszcz: 85.64 g;<br>Kw. tł. nasy.: 44.29 g; Węglowodany ogółem: 342.04 g; W tym cukry: 64.45 g;<br>Błonnik pok.: 26.18 g; Sól: 6.71 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Wartość energetyczna: 2080.01 kcal;<br>Białko ogółem: 82.54 g; Tłuszcz: 56.01 g;<br>Kw. tł. nasy.: 26.02 g; Węglowodany ogółem: 318.05 g; W tym cukry: 57.04 g;<br>Błonnik pok.: 16.30 g; Sól: 7.75 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Wartość energetyczna: 2373.76 kcal;<br>Białko ogółem: 107.75 g; Tłuszcz: 92.39 g;<br>Kw. tł. nasy.: 48.71 g; Węglowodany ogółem: 291.76 g; W tym cukry: 37.60 g;<br>Błonnik pok.: 40.43 g; Sól: 9.63 g;                                                                                                                                                                                                |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

|                   |           | KAW- CH Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | KAW- CH Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | KAW- STO Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | KAW- STO Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | KAW- STO Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-------------------|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-08-30 piątek | Śniadanie | Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Twarożek 70 g ( <u>MLE,</u> )<br>Dżem 30 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g                                          | Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Twarożek 70 g ( <u>MLE,</u> )<br>Dżem 30 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g                 | Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Twarożek 70 g ( <u>MLE,</u> )<br>Dżem 30 g<br>Brzoskwinia 1 szt 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g                                      | Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Twarożek 70 g ( <u>MLE,</u> )<br>Dżem 30 g<br>Jabłko 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g                        | Mleko 200 ml ( <u>MLE,</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Twarożek 70 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> )<br>Brzoskwinia 1 szt 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml |
|                   | II ŚN     | Brzoskwinia 1 szt 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Jabłko 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Pasztecik sojowy z pomidorami 50 g ( <u>SOJ, GOR,</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|                   | Obiad     | Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 300 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u> )<br>Ryba smażona (Miruna) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 160 g<br>Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 100 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                      | Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 300 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u> )<br>Ryba pieczona (Miruna) 80 g ( <u>RYB,</u> )<br>Sos ziołowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 160 g<br>Warzywa po grecku* 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                | Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u> )<br>Ryba smażona (Miruna) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 180 g<br>Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                      | Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u> )<br>Ryba pieczona (Miruna) 80 g ( <u>RYB,</u> )<br>Sos ziołowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 180 g<br>Warzywa po grecku* 120 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                | Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u> )<br>Ryba pieczona (Miruna) 80 g ( <u>RYB,</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 180 g<br>Sos ziołowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                          |
|                   | PD        | Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml ( <u>MLE,</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml ( <u>MLE,</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|                   | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> )<br>Ogórek kwaszony małosolny 50 g ( <u>GOR,</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> )<br>Ogórek kwaszony małosolny 50 g ( <u>GOR,</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> )<br>Ogórek kwaszony małosolny 50 g ( <u>GOR,</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                              |
|                   | PN        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka z łosciem wieprzowa z dodatkiem wody i bialek mleka,wędzona,parzona 30 g ( <u>SOJ, MLE, GLU OW,</u> )                                                                                                                                                                                       |
|                   |           | Wartość energetyczna: 2333.21 kcal;<br>Białko ogółem: 92.29 g; Tłuszcz: 71.75 g;<br>Kw. tł. nasy.: 28.80 g; Węglowodany ogółem: 337.93 g; W tym cukry: 95.89 g;<br>Błonnik pok.: 22.17 g; Sól: 8.00 g;                                                                                                                                                                                                 | Wartość energetyczna: 2213.90 kcal;<br>Białko ogółem: 88.89 g; Tłuszcz: 57.31 g;<br>Kw. tł. nasy.: 27.65 g; Węglowodany ogółem: 344.96 g; W tym cukry: 109.02 g;<br>Błonnik pok.: 21.32 g; Sól: 6.33 g;                                                                                                                                                              | Wartość energetyczna: 2272.59 kcal;<br>Białko ogółem: 90.84 g; Tłuszcz: 71.09 g;<br>Kw. tł. nasy.: 27.58 g; Węglowodany ogółem: 326.42 g; W tym cukry: 75.58 g;<br>Błonnik pok.: 23.53 g; Sól: 8.19 g;                                                                                                                                                                                                 | Wartość energetyczna: 2154.92 kcal;<br>Białko ogółem: 87.61 g; Tłuszcz: 56.08 g;<br>Kw. tł. nasy.: 26.40 g; Węglowodany ogółem: 335.07 g; W tym cukry: 89.63 g;<br>Błonnik pok.: 22.89 g; Sól: 6.43 g;                                                                                                                                                               | Wartość energetyczna: 2164.59 kcal;<br>Białko ogółem: 99.36 g; Tłuszcz: 77.29 g;<br>Kw. tł. nasy.: 31.28 g; Węglowodany ogółem: 282.52 g; W tym cukry: 49.66 g;<br>Błonnik pok.: 35.84 g; Sól: 10.21 g;                                                                                                                                                                                                     |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

|                   |           | KAW- CH Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | KAW- CH Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | KAW- STO Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | KAW- STO Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | KAW- STO Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-08-31 sobota | Śniadanie | Platki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> )<br>Ketchup 30 g ( <u>SEL</u> )<br>Ogórek świeży 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g                                         | Platki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g ( <u>SOJ, MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g                | Platki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 120 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Ketchup 30 g ( <u>SEL</u> )<br>Ogórek świeży 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g                                                                         | Platki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g ( <u>SOJ, MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g                | Mleko 200 ml ( <u>MLE</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g ( <u>SOJ, MLE</u> )<br>Ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> )<br>Ogórek świeży 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                |
|                   | II ŚN     | Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Twaróg półtusty 50 g ( <u>MLE</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|                   | Obiad     | Koperkowa z ziemniakami * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g ( <u>SEL</u> )<br>Ryż na sypko z kurkumą 160 g<br>Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                                                            | Koperkowa z ziemniakami * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Potrawka drobiowa 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ryż na sypko z kurkumą 160 g<br>Buraczki gotowane 100 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                                                | Koperkowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 200 g ( <u>SEL</u> )<br>Ryż na sypko z kurkumą 180 g<br>Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                                                            | Koperkowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Potrawka drobiowa 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ryż na sypko z kurkumą 180 g<br>Buraczki gotowane 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                                                | Koperkowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Pulpet drobiowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ryż na sypko (brązowy) 180 g<br>Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                           |
|                   | PD        | Jabłko 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Jabłko 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|                   | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u> )<br>Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u> )<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u> )<br>Szynka szkolna- wp. parzona 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u> )<br>Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u> )<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u> )<br>Szynka szkolna- wp. parzona 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u> )<br>Szynka szkolna- wp. parzona 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml |
|                   | PN        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|                   |           | Wartość energetyczna: 2291.26 kcal;<br>Białko ogółem: 73.70 g; Tłuszcz: 76.90 g;<br>Kw. tł. nasy.: 35.62 g; Węglowodany ogółem: 334.97 g; W tym cukry: 89.53 g;<br>Błonnik pok.: 25.48 g; Sól: 9.54 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Wartość energetyczna: 2010.93 kcal;<br>Białko ogółem: 73.58 g; Tłuszcz: 45.83 g;<br>Kw. tł. nasy.: 23.33 g; Węglowodany ogółem: 337.26 g; W tym cukry: 89.72 g;<br>Błonnik pok.: 22.08 g; Sól: 8.20 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                | Wartość energetyczna: 2426.38 kcal;<br>Białko ogółem: 82.54 g; Tłuszcz: 89.79 g;<br>Kw. tł. nasy.: 37.30 g; Węglowodany ogółem: 329.49 g; W tym cukry: 65.13 g;<br>Błonnik pok.: 25.29 g; Sól: 11.08 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Wartość energetyczna: 2006.60 kcal;<br>Białko ogółem: 78.05 g; Tłuszcz: 47.70 g;<br>Kw. tł. nasy.: 24.21 g; Węglowodany ogółem: 326.88 g; W tym cukry: 64.53 g;<br>Błonnik pok.: 21.07 g; Sól: 8.41 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                | Wartość energetyczna: 2148.43 kcal;<br>Białko ogółem: 91.52 g; Tłuszcz: 75.76 g;<br>Kw. tł. nasy.: 34.95 g; Węglowodany ogółem: 292.03 g; W tym cukry: 39.45 g;<br>Błonnik pok.: 40.11 g; Sól: 8.28 g;                                                                                                                                                                                                                        |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

|                      |           | KAW- CH Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | KAW- CH Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | KAW- STO Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | KAW- STO Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | KAW- STO Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|----------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-09-01 niedziela | Śniadanie | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Rzodkiew biała 50 g<br>Kakao z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Cukier 30 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Kakao z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Cukier 30 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Rzodkiew biała 50 g<br>Kakao z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Cukier 30 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Kakao z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Cukier 30 g | Mleko 200 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Rzodkiew biała 50 g |
|                      | II ŚN     | Banan 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Hummus 30 g ( <u>SEZ.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|                      | Obiad     | Pomidorowa z makaronem * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Kotlet schabowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 160 g<br>Mizeria 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                                               | Pomidorowa z makaronem * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Schab pieczony 80 g<br>Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 160 g<br>Fasolka szparagowa z wody* 100 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                      | Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Kotlet schabowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 180 g<br>Mizeria 120 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                                               | Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Schab pieczony 80 g<br>Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 180 g<br>Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 120 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                | Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Schab pieczony 80 g<br>Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 180 g<br>Mizeria 120 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                           |
|                      | PD        | Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|                      | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek homo. naturalny 70 g ( <u>MLE.</u> )<br>Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek homo. naturalny 70 g ( <u>MLE.</u> )<br>Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                            |
|                      | PN        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser żółty 30 g ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                    |
|                      |           | Wartość energetyczna: 2160.02 kcal;<br>Białko ogółem: 75.58 g; Tłuszcz: 60.67 g;<br>Kw. tł. nasy.: 25.85 g; Węglowodany ogółem: 336.57 g; W tym cukry: 113.05 g;<br>Błonnik pok.: 21.57 g; Sól: 7.45 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Wartość energetyczna: 2052.20 kcal;<br>Białko ogółem: 83.84 g; Tłuszcz: 48.01 g;<br>Kw. tł. nasy.: 24.60 g; Węglowodany ogółem: 329.34 g; W tym cukry: 112.75 g;<br>Błonnik pok.: 18.53 g; Sól: 7.39 g;                                                                                                                                                                                                                                                                  | Wartość energetyczna: 1947.67 kcal;<br>Białko ogółem: 79.13 g; Tłuszcz: 61.64 g;<br>Kw. tł. nasy.: 25.96 g; Węglowodany ogółem: 276.83 g; W tym cukry: 55.90 g;<br>Błonnik pok.: 20.04 g; Sól: 7.63 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Wartość energetyczna: 1892.56 kcal;<br>Białko ogółem: 86.50 g; Tłuszcz: 54.80 g;<br>Kw. tł. nasy.: 24.89 g; Węglowodany ogółem: 271.38 g; W tym cukry: 58.05 g;<br>Błonnik pok.: 18.83 g; Sól: 7.63 g;                                                                                                                                                                                                                                                                   | Wartość energetyczna: 2033.41 kcal;<br>Białko ogółem: 94.09 g; Tłuszcz: 71.63 g;<br>Kw. tł. nasy.: 34.23 g; Węglowodany ogółem: 268.08 g; W tym cukry: 43.79 g;<br>Błonnik pok.: 31.44 g; Sól: 8.73 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,