

**Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 KUCHNIA KAWĘCZYNEK**

|                         |           | KAW- KOL Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | KAW- KOL Łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | KAW- KOL Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------------|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-04-28 poniedziałek | Śniadanie | Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml ( <u>MLE, GLU JĘCZ.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 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 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Pomidor 60 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml<br>Cukier 30 g | Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml ( <u>MLE, GLU JĘCZ.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 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 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml<br>Cukier 30 g | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <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 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Pomidor 60 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml |
|                         | II ŚN     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Ser żółty 30 g ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                         |
|                         | Obiad     | Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane 180 g<br>Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 120 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                          | Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane 180 g<br>Marchew gotowana z olejem* 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                             | Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml ( <u>SEL.</u> )<br>Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane 180 g<br>Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 120 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                        |
|                         | PD        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|                         | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 80 g ( <u>RYB, MLE.</u> )<br>Papryka świeża 60 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml                                                                                                                  | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 80 g ( <u>RYB, MLE.</u> )<br>Pomidor 60 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml                                                     | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 80 g ( <u>RYB, MLE.</u> )<br>Papryka świeża 60 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml                                                                                |
|                         |           | Wartość energetyczna: 1969.02 kcal; Białko ogółem: 69.92 g; Tłuszcz: 52.82 g; Kw. tł. nasy.: 23.24 g; Węglowodany ogółem: 318.42 g; W tym cukry: 68.51 g; Błonnik pok.: 30.20 g; Sól: 7.64 g;                                                                                                                                                                                                                      | Wartość energetyczna: 1946.97 kcal; Białko ogółem: 71.67 g; Tłuszcz: 49.90 g; Kw. tł. nasy.: 22.73 g; Węglowodany ogółem: 315.29 g; W tym cukry: 67.68 g; Błonnik pok.: 25.59 g; Sól: 7.58 g;                                                                                                                                                             | Wartość energetyczna: 1798.13 kcal; Białko ogółem: 72.30 g; Tłuszcz: 65.60 g; Kw. tł. nasy.: 30.56 g; Węglowodany ogółem: 248.95 g; W tym cukry: 23.36 g; Błonnik pok.: 38.71 g; Sól: 7.04 g;                                                                                                                           |

**Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 KUCHNIA KAWĘCZYNEK**

|                   |           | KAW- KOL Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | KAW- KOL Łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | KAW- KOL Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-04-29 wtorek | Śniadanie | kasza kukurydziana na ml/p 400 ml ( <u>MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 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>Pasztecik drobiowy z kurnej półki 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> )<br>Ogórek świeży 60 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml<br>Cukier 30 g                                                               | kasza kukurydziana na ml/p 400 ml ( <u>MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 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 40 g ( <u>SOJ</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml<br>Cukier 30 g                                                       | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <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 40 g ( <u>SOJ</u> )<br>Ogórek świeży 60 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml                                                                   |
|                   | II ŚN     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|                   | Obiad     | Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Szarpana wieprzowina 100 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Makaron kokardki 180 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                       | Solferino * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Szarpana wieprzowina 100 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Makaron kokardki 180 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Dynia z wody 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                           | Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Szarpana wieprzowina 100 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                         |
|                   | PD        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|                   | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 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>Surówka z marchwi i selera naciowego z olejem 60 g ( <u>SEL</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 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>Pomidor 60 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</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>Surówka z marchwi i selera naciowego z olejem 60 g ( <u>SEL</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml |
|                   |           | Wartość energetyczna: 2132.50 kcal; Białko ogółem: 87.05 g; Tłuszcz: 59.30 g; Kw. tł. nasy.: 20.83 g; Węglowodany ogółem: 323.93 g; W tym cukry: 58.46 g; Błonnik pok.: 22.54 g; Sól: 5.81 g;                                                                                                                                                                                                                                               | Wartość energetyczna: 1982.89 kcal; Białko ogółem: 81.34 g; Tłuszcz: 43.72 g; Kw. tł. nasy.: 20.38 g; Węglowodany ogółem: 323.38 g; W tym cukry: 63.19 g; Błonnik pok.: 19.03 g; Sól: 7.21 g;                                                                                                                                                                                          | Wartość energetyczna: 1849.66 kcal; Białko ogółem: 85.20 g; Tłuszcz: 63.98 g; Kw. tł. nasy.: 27.17 g; Węglowodany ogółem: 247.07 g; W tym cukry: 16.28 g; Błonnik pok.: 36.54 g; Sól: 6.49 g;                                                                                                                                                                                       |

**Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 KUCHNIA KAWĘCZYNEK**

|                  |           | KAW- KOL Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | KAW- KOL Łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                                                                             | KAW- KOL Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-04-30 środa | Śniadanie | Płatki owsiane na mleku/p 400 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 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 drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Mandarynka 150 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml<br>Cukier 30 g | Płatki owsiane na mleku/p 400 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Jabłko pieczone 150 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml<br>Cukier 30 g | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <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 drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Jabłko pieczone 150 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml                             |
|                  | II ŚN     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 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 * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Kotlet mielony drobiowy (pieczony) 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Ziemniaki gotowane 180 g<br>Salatka szwedzka z olejem b/c 120 g ( <u>GOR.</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                             | Grycikowa z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki 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 gotowany mielony 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Ziemniaki gotowane 180 g<br>Sos jarzynowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Salatka szwedzka z olejem b/c 120 g ( <u>GOR.</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml |
|                  | PD        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Jabłko 1 szt 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|                  | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ćwikła z chrzanem b/c 60 g ( <u>MLE, S02.</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml                                                                    | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ćwikła z jabłkiem b/c 60 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 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 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ćwikła z chrzanem b/c 60 g ( <u>MLE, S02.</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml                                                                         |
|                  |           | Wartość energetyczna: 2355.24 kcal; Białko ogółem: 92.50 g; Tłuszcz: 68.74 g; Kw. tł. nasy.: 21.81 g; Węglowodany ogółem: 356.02 g; W tym cukry: 74.11 g; Błonnik pok.: 29.43 g; Sól: 8.47 g;                                                                                                                                                                                | Wartość energetyczna: 2043.65 kcal; Białko ogółem: 82.34 g; Tłuszcz: 41.49 g; Kw. tł. nasy.: 19.92 g; Węglowodany ogółem: 347.79 g; W tym cukry: 79.76 g; Błonnik pok.: 24.59 g; Sól: 7.23 g;                                                                                                                     | Wartość energetyczna: 1961.98 kcal; Białko ogółem: 89.47 g; Tłuszcz: 56.89 g; Kw. tł. nasy.: 22.88 g; Węglowodany ogółem: 293.07 g; W tym cukry: 45.34 g; Błonnik pok.: 41.40 g; Sól: 7.66 g;                                                                                                                            |

**Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 KUCHNIA KAWĘCZYNEK**

|                     |           | KAW- KOL Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | KAW- KOL Łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | KAW- KOL Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|---------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-05-01 czwartek | Śniadanie | Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 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 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> )<br>Ogórek świeży 60 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml<br>Cukier 30 g                  | Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 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 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> )<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml<br>Cukier 30 g                                                                             | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <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 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> )<br>Ogórek świeży 60 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml                                       |
|                     | II ŚN     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Hummus z ciecierzycy 50 g                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|                     | Obiad     | Barszcz biały z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u> )<br>Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g ( <u>SEL,</u> )<br>Sos pomidorowy 80 ml ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Banan 150 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                 | Ziemniaczana* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g ( <u>SEL,</u> )<br>Sos pomidorowy 80 ml ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Banan 150 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                     | Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Risotto (ryż brązowy) z mięsem wieprz i warzywami* 300 g ( <u>SEL,</u> )<br>Sos pomidorowy 80 ml ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Pomarańcza 150 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                      |
|                     | PD        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|                     | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 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. 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> )<br>Salatka jarzynowa* 60 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 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. 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> )<br>Salatka jarzynowa* dieta 60 g ( <u>MLE, SEL,</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> )<br>Salatka jarzynowa* 60 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml |
|                     |           | Wartość energetyczna: 2258.30 kcal; Białko ogółem: 77.76 g; Tłuszcz: 60.66 g; Kw. tł. nasy.: 27.56 g; Węglowodany ogółem: 360.58 g; W tym cukry: 90.02 g; Błonnik pok.: 24.37 g; Sól: 6.70 g;                                                                                                                                                                                                                                | Wartość energetyczna: 2220.74 kcal; Białko ogółem: 77.48 g; Tłuszcz: 55.90 g; Kw. tł. nasy.: 26.32 g; Węglowodany ogółem: 361.31 g; W tym cukry: 88.26 g; Błonnik pok.: 21.75 g; Sól: 6.70 g;                                                                                                                                                                                                                            | Wartość energetyczna: 1931.30 kcal; Białko ogółem: 75.11 g; Tłuszcz: 65.88 g; Kw. tł. nasy.: 25.52 g; Węglowodany ogółem: 274.17 g; W tym cukry: 28.63 g; Błonnik pok.: 39.32 g; Sól: 6.10 g;                                                                                                                                                                       |

**Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 KUCHNIA KAWĘCZYNEK**

|                   |           | KAW- KOL Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | KAW- KOL Łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                                                     | KAW- KOL Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-------------------|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-05-02 piątek | Śniadanie | Kasza manna na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 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>Pomidor 60 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml<br>Cukier 30 g | Kasza manna na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Pomidor 60 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml<br>Cukier 30 g    | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <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>Pomidor 60 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml                        |
|                   | II ŚN     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 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     | Dyniowa z makaronem* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Ryba smażona (Miruna) 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> )<br>Ziemniaki gotowane 180 g<br>Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                           | Dyniowa z 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 gotowane 180 g<br>Szpinak gotowany z olejem* 120 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml | Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Ryba pieczona (Miruna) 80 g ( <u>RYB,</u> )<br>Sos pietruszkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Ziemniaki gotowane 180 g<br>Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml |
|                   | PD        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml ( <u>MLE,</u> )                                                                                                                                                                                                                                        |
|                   | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 80 g ( <u>MLE,</u> )<br>Jabłko 150 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml                                                                      | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <u>MLE,</u> )<br>Jabłko pieczone 150 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml     | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 80 g ( <u>MLE,</u> )<br>Jabłko 150 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml                                                                   |
|                   |           | Wartość energetyczna: 2154.60 kcal; Białko ogółem: 84.29 g; Tłuszcz: 56.34 g; Kw. tł. nasy.: 22.79 g; Węglowodany ogółem: 339.16 g; W tym cukry: 80.28 g; Błonnik pok.: 26.62 g; Sól: 6.01 g;                                                                                                                                                          | Wartość energetyczna: 2055.94 kcal; Białko ogółem: 86.39 g; Tłuszcz: 48.75 g; Kw. tł. nasy.: 22.07 g; Węglowodany ogółem: 328.10 g; W tym cukry: 75.23 g; Błonnik pok.: 22.94 g; Sól: 6.30 g;                                                                                             | Wartość energetyczna: 1866.42 kcal; Białko ogółem: 84.98 g; Tłuszcz: 54.74 g; Kw. tł. nasy.: 25.93 g; Węglowodany ogółem: 275.31 g; W tym cukry: 49.75 g; Błonnik pok.: 36.67 g; Sól: 6.15 g;                                                                                              |

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

|                   |           | KAW- KOL Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | KAW- KOL Łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | KAW- KOL Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-05-03 sobota | Śniadanie | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 120 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Ogórek kiszony 60 g<br>Ketchup 20 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 400 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )<br>Cukier 30 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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>Salata zielona 20 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 400 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )<br>Cukier 30 g | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenno 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>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>Ogórek kiszony 60 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml |
|                   | II ŚN     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Twarożek z koperkiem 50 g ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|                   | Obiad     | Grochowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JĘCZ.</u> )<br>Salatka z buraczków i jabłka z olejem 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                      | Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL.</u> )<br>Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JĘCZ.</u> )<br>Salatka 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>Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JĘCZ.</u> )<br>Salatka z buraczków i jabłka z olejem 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                     |
|                   | PD        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Kisiel o smaku wiśniowym b/c 150 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|                   | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 50 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. 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem* 60 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Chleb razowy żytnio-pszenno 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. 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 60 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml           |
|                   |           | Wartość energetyczna: 2464.70 kcal; Białko ogółem: 87.61 g; Tłuszcz: 94.66 g; Kw. tł. nasy.: 33.50 g; Węglowodany ogółem: 327.34 g; W tym cukry: 59.18 g; Błonnik pok.: 29.54 g; Sól: 10.74 g;                                                                                                                                                                                                                                                    | Wartość energetyczna: 1982.37 kcal; Białko ogółem: 77.04 g; Tłuszcz: 57.93 g; Kw. tł. nasy.: 23.31 g; Węglowodany ogółem: 299.63 g; W tym cukry: 55.22 g; Błonnik pok.: 23.29 g; Sól: 6.82 g;                                                                                                                                                                                            | Wartość energetyczna: 2079.37 kcal; Białko ogółem: 92.64 g; Tłuszcz: 69.95 g; Kw. tł. nasy.: 27.43 g; Węglowodany ogółem: 289.62 g; W tym cukry: 32.98 g; Błonnik pok.: 40.48 g; Sól: 7.45 g;                                                                                                                                                                                                  |

**Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 KUCHNIA KAWĘCZYNEK**

|                      |           | KAW- KOL Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | KAW- KOL Łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                                                                 | KAW- KOL Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|----------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-05-04 niedziela | Śniadanie | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 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 kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 40 g<br>Papryka świeża 60 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 400 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )<br>Cukier 30 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 40 g<br>Salata zielona 20 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 400 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )<br>Cukier 30 g   | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <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 kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 40 g<br>Papryka świeża 60 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 400 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) |
|                      | II ŚN     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> )                                                                                                                                                                                                                                            |
|                      | Obiad     | Rosół z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Udko pieczone 1 szt. 210 g<br>Ziemniaki 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>Udko pieczone 1 szt. 210 g<br>Ziemniaki gotowane 180 g<br>Brokuł gotowany* 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                      | Rosół z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Udko pieczone 1 szt. 210 g<br>Ziemniaki 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        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Jabłko 1 szt 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|                      | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE</u> )<br>Jabłko 150 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml                                                                        | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE</u> )<br>Jabłko pieczone 150 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE</u> )<br>Jabłko 150 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml                                                                                                      |
|                      |           | Wartość energetyczna: 2330.55 kcal; Białko ogółem: 116.79 g; Tłuszcz: 81.70 g; Kw. tł. nasy.: 31.33 g; Węglowodany ogółem: 294.89 g; W tym cukry: 70.86 g; Błonnik pok.: 24.05 g; Sól: 7.26 g;                                                                                                                                                                      | Wartość energetyczna: 2260.66 kcal; Białko ogółem: 117.27 g; Tłuszcz: 75.43 g; Kw. tł. nasy.: 30.87 g; Węglowodany ogółem: 288.98 g; W tym cukry: 64.38 g; Błonnik pok.: 20.48 g; Sól: 7.62 g;                                                                                                        | Wartość energetyczna: 2422.01 kcal; Białko ogółem: 130.33 g; Tłuszcz: 95.70 g; Kw. tł. nasy.: 39.90 g; Węglowodany ogółem: 280.63 g; W tym cukry: 58.23 g; Błonnik pok.: 38.51 g; Sól: 7.43 g;                                                                                                                                            |

**Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 KUCHNIA KAWĘCZYNEK**

|                         |           | KAW- KOL Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | KAW- KOL Łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | KAW- KOL Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-------------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-05-05 poniedziałek | Śniadanie | Kasza jaglana na mleku/p 400 ml ( <u>MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 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 40 g ( <u>SOJ</u> )<br>Pomidor 60 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml<br>Cukier 30 g | Kasza jaglana na mleku/p 400 ml ( <u>MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 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 40 g ( <u>SOJ</u> )<br>Pomidor 60 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml<br>Cukier 30 g     | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <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 40 g ( <u>SOJ</u> )<br>Pomidor 60 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml |
|                         | II ŚN     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Hummus z ciecierzycy 50 g                                                                                                                                                                                                                    |
|                         | Obiad     | Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Knedle z truskawkami * 300 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Mus z jabłek prażonych 150 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                        | Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Knedle z truskawkami * 300 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Mus z jabłek prażonych 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>Ryż na sypko (brązowy) 180 g<br>Sos majerankowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Surówka z marchwi z olejem b/c 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                     |
|                         | PD        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Sok pomidorowy 0,3l 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|                         | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Paszтет drobiowy z kurnej półki 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> )<br>Ogórek świeży 60 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml                                                                                        | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 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, SOJ</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 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 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )<br>Ogórek świeży 60 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml                                          |
|                         |           | Wartość energetyczna: 2266.39 kcal; Białko ogółem: 71.39 g; Tłuszcz: 46.94 g; Kw. tł. nasy.: 19.29 g; Węglowodany ogółem: 410.80 g; W tym cukry: 103.66 g; Błonnik pok.: 19.68 g; Sól: 7.13 g;                                                                                                                                                                                          | Wartość energetyczna: 2157.33 kcal; Białko ogółem: 63.14 g; Tłuszcz: 39.10 g; Kw. tł. nasy.: 20.29 g; Węglowodany ogółem: 407.71 g; W tym cukry: 100.63 g; Błonnik pok.: 16.24 g; Sól: 7.82 g;                                                                                                                               | Wartość energetyczna: 1896.22 kcal; Białko ogółem: 73.93 g; Tłuszcz: 62.41 g; Kw. tł. nasy.: 24.28 g; Węglowodany ogółem: 274.92 g; W tym cukry: 24.00 g; Błonnik pok.: 40.28 g; Sól: 8.98 g;                                                                                                                |



**Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 KUCHNIA KAWĘCZYNEK**

|                   |           | KAW- KOL Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | KAW- KOL Łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | KAW- KOL Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-05-06 wtorek | Śniadanie | Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml ( <u>MLE, GLU JĘCZ,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 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>Pomidor 60 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml<br>Cukier 30 g                           | Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml ( <u>MLE, GLU JĘCZ,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Pomidor 60 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml<br>Cukier 30 g                                                                                           | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <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>Pomidor 60 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml                                                             |
|                   | II śN     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ,</u> )                                                                                                                                                                       |
|                   | Obiad     | Jarzynowa z zacierką *-dieta 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 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 *-dieta 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 gotowane 180 g<br>Marchew gotowana z olejem* 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                         | Jarzynowa z zacierką *-dieta 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 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        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Pomarańcza 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|                   | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 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. 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> )<br>Papryka świeża 60 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 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. 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> )<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> )<br>Papryka świeża 60 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml |
|                   |           | Wartość energetyczna: 1889.40 kcal; Białko ogółem: 83.26 g; Tłuszcz: 43.88 g; Kw. tł. nasy.: 20.37 g; Węglowodany ogółem: 302.85 g; W tym cukry: 64.84 g; Błonnik pok.: 24.20 g; Sól: 7.36 g;                                                                                                                                                                                            | Wartość energetyczna: 1870.92 kcal; Białko ogółem: 81.65 g; Tłuszcz: 42.51 g; Kw. tł. nasy.: 20.25 g; Węglowodany ogółem: 301.73 g; W tym cukry: 62.01 g; Błonnik pok.: 21.96 g; Sól: 7.23 g;                                                                                                                                                                                            | Wartość energetyczna: 1681.86 kcal; Białko ogółem: 77.90 g; Tłuszcz: 51.58 g; Kw. tł. nasy.: 23.89 g; Węglowodany ogółem: 243.90 g; W tym cukry: 33.41 g; Błonnik pok.: 35.56 g; Sól: 6.75 g;                                                                                                                                   |

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

|                  |           | KAW- KOL Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | KAW- KOL Łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | KAW- KOL Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-05-07 środa | Śniadanie | Płatki owsiane na mleku/p 400 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jabłko 150 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml<br>Cukier 30 g | Płatki owsiane na mleku/p 400 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jabłko 150 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml<br>Cukier 30 g                                | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jabłko 150 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml                                                    |
|                  | II ŚN     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 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     | 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 jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Surówka z marchwi i chrzanu b/c 120 g ( <u>MLE, SOJ.</u> )<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>Cukinia gotowana z pomidorami* 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 jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Surówka z marchwi i chrzanu b/c 120 g ( <u>MLE, SOJ.</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml |
|                  | PD        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|                  | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Paprykarz szczeciński 80 g ( <u>RYB, SOJ.</u> )<br>Ogórek kiszony 60 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml                                                                                          | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kielbasa Krakowska drobiowa grubo rozdrobniona, wędzona parzona 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR.</u> )<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 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 80 g ( <u>RYB, SOJ.</u> )<br>Ogórek kiszony 60 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml                                                                                                                 |
|                  |           | Wartość energetyczna: 2250.43 kcal; Białko ogółem: 86.92 g; Tłuszcz: 56.24 g; Kw. tł. nasy.: 24.20 g; Węglowodany ogółem: 364.14 g; W tym cukry: 76.32 g; Błonnik pok.: 31.14 g; Sól: 7.78 g;                                                                                                                                                                               | Wartość energetyczna: 2227.87 kcal; Białko ogółem: 84.94 g; Tłuszcz: 51.12 g; Kw. tł. nasy.: 21.82 g; Węglowodany ogółem: 369.43 g; W tym cukry: 75.62 g; Błonnik pok.: 25.98 g; Sól: 6.42 g;                                                                                                                                              | Wartość energetyczna: 2044.05 kcal; Białko ogółem: 82.08 g; Tłuszcz: 58.89 g; Kw. tł. nasy.: 26.10 g; Węglowodany ogółem: 315.73 g; W tym cukry: 49.01 g; Błonnik pok.: 40.51 g; Sól: 7.78 g;                                                                                                                                             |

**Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 KUCHNIA KAWĘCZYNEK**

|                     |           | KAW- KOL Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | KAW- KOL Łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | KAW- KOL Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|---------------------|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-05-08 czwartek | Śniadanie | Kasza manna na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 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>Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> )<br>Pomidor 60 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml<br>Cukier 30 g | Kasza manna na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> )<br>Pomidor 60 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml<br>Cukier 30 g | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <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>Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> )<br>Pomidor 60 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml |
|                     | II śN     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Twaróg półtłusty 50 g ( <u>MLE,</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|                     | Obiad     | Szpinakowa z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Sos boloński z mięsa wieprz łop* 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 120 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* 200 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>Sos boloński z mięsa wieprz łop* 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 120 g ( <u>MLE,</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                    |
|                     | PD        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Sok pomidorowy 0,3l 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|                     | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Paszтет z fasoli* 80 g ( <u>JAJ,</u> )<br>Papryka świeża 60 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml                                                                                                                                                                                          | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Łopatka z bójnicka wieprzowa wędzona 40 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml                                                                                                       | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Paszтет z fasoli* 80 g ( <u>JAJ,</u> )<br>Papryka świeża 60 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml                                                                                                                                                                |
|                     |           | Wartość energetyczna: 2296.74 kcal; Białko ogółem: 85.41 g; Tłuszcz: 63.41 g; Kw. tł. nasy.: 25.32 g; Węglowodany ogółem: 362.64 g; W tym cukry: 68.35 g; Błonnik pok.: 31.37 g; Sól: 5.93 g;                                                                                                                                                                                                                                                                      | Wartość energetyczna: 2060.09 kcal; Białko ogółem: 82.03 g; Tłuszcz: 49.74 g; Kw. tł. nasy.: 21.92 g; Węglowodany ogółem: 328.70 g; W tym cukry: 59.26 g; Błonnik pok.: 18.02 g; Sól: 6.97 g;                                                                                                                                                                                                      | Wartość energetyczna: 2080.37 kcal; Białko ogółem: 87.90 g; Tłuszcz: 71.20 g; Kw. tł. nasy.: 29.31 g; Węglowodany ogółem: 289.95 g; W tym cukry: 27.26 g; Błonnik pok.: 45.37 g; Sól: 7.29 g;                                                                                                                                                                                   |

**Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 KUCHNIA KAWĘCZYNEK**

|                   |           | KAW- KOL Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | KAW- KOL Łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                                                        | KAW- KOL Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-------------------|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-05-09 piątek | Śniadanie | Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 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 80 g ( <u>MLE,</u> )<br>Dżem 20 g<br>Mandarynka 150 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml<br>Cukier 30 g | Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Twarożek 80 g ( <u>MLE,</u> )<br>Dżem 20 g<br>Mandarynka 150 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml<br>Cukier 30 g       | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <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 80 g ( <u>MLE,</u> )<br>Mandarynka 150 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml                                               |
|                   | II ŚN     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Pasztet sojowy z pomidorami 30 g ( <u>SOJ, GOR,</u> )                                                                                                                                                                                    |
|                   | Obiad     | Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u> )<br>Pulpet rybny (Miruna) 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> )<br>Ziemniaki 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                                              | Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL, GLU JECZ,</u> )<br>Pulpet rybny (Miruna) 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> )<br>Ziemniaki gotowane 180 g<br>Warzywa po grecku* 120 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                         | Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u> )<br>Pulpet rybny (Miruna) 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> )<br>Sos ziołowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Ziemniaki gotowane 180 g<br>Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml |
|                   | PD        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )                                                                                                                                                                                                                                                       |
|                   | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Pasta z jaj ze szczypiorkiem. 80 g ( <u>JAJ, MLE, GOR,</u> )<br>Rzodkiewka 50 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml                                                            | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE,</u> )<br>Pomidor 60 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Pasta z jaj ze szczypiorkiem. 80 g ( <u>JAJ, MLE, GOR,</u> )<br>Rzodkiewka 50 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml                                                                        |
|                   |           | Wartość energetyczna: 2250.25 kcal; Białko ogółem: 83.35 g; Tłuszcz: 64.58 g; Kw. tł. nasy.: 27.69 g; Węglowodany ogółem: 345.02 g; W tym cukry: 81.81 g; Błonnik pok.: 25.74 g; Sól: 6.86 g;                                                                                                                                                          | Wartość energetyczna: 2189.61 kcal; Białko ogółem: 83.66 g; Tłuszcz: 54.44 g; Kw. tł. nasy.: 26.61 g; Węglowodany ogółem: 351.00 g; W tym cukry: 86.13 g; Błonnik pok.: 23.12 g; Sól: 6.40 g;                                                                                                | Wartość energetyczna: 1979.55 kcal; Białko ogółem: 80.71 g; Tłuszcz: 72.62 g; Kw. tł. nasy.: 29.16 g; Węglowodany ogółem: 268.17 g; W tym cukry: 29.45 g; Błonnik pok.: 37.88 g; Sól: 6.61 g;                                                                                                             |

**Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 KUCHNIA KAWĘCZYNEK**

|                   |           | KAW- KOL Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | KAW- KOL Łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                                                                         | KAW- KOL Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-05-10 sobota | Śniadanie | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 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 20 g ( <u>SEL.</u> )<br>Ogórek kiszony 60 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 400 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )<br>Cukier 30 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 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 40 g<br>Pomidor b/skórki 60 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 400 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )<br>Cukier 30 g        | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <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 40 g<br>Ogórek kiszony 60 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml |
|                   | II ŚN     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Ser żółty 30 g ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                            |
|                   | Obiad     | Koperkowa z ziemniakami * 400 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 180 g<br>Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                      | Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, 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>Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Ryż na sypko (brązowy) 180 g<br>Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                               |
|                   | PD        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Jabłko 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|                   | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Baton szynkowy z kurcząt 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GÓR.</u> )<br>Pomidor 60 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml                                                                                                                                            | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Baton szynkowy z kurcząt 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GÓR.</u> )<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Baton szynkowy z kurcząt 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GÓR.</u> )<br>Pomidor 60 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml                                                              |
|                   |           | Wartość energetyczna: 2126.13 kcal; Białko ogółem: 62.29 g; Tłuszcz: 73.14 g; Kw. tł. nasy.: 30.05 g; Węglowodany ogółem: 313.05 g; W tym cukry: 58.70 g; Błonnik pok.: 23.87 g; Sól: 10.48 g;                                                                                                                                                                                                                                                    | Wartość energetyczna: 1810.88 kcal; Białko ogółem: 62.97 g; Tłuszcz: 40.06 g; Kw. tł. nasy.: 19.16 g; Węglowodany ogółem: 308.93 g; W tym cukry: 57.08 g; Błonnik pok.: 19.84 g; Sól: 7.29 g;                                                                                                                 | Wartość energetyczna: 1828.61 kcal; Białko ogółem: 62.60 g; Tłuszcz: 61.83 g; Kw. tł. nasy.: 28.01 g; Węglowodany ogółem: 272.10 g; W tym cukry: 32.54 g; Błonnik pok.: 42.23 g; Sól: 8.31 g;                                                                                                              |

**Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 KUCHNIA KAWĘCZYNEK**

|                      |           | KAW- KOL Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | KAW- KOL Łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                                                                             | KAW- KOL Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|----------------------|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-05-11 niedziela | Śniadanie | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 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 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Rzodkiewka 60 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 400 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )<br>Cukier 15 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 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 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Pomidor 60 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 400 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )<br>Cukier 15 g | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <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 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Rzodkiewka 60 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 400 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) |
|                      | II ŚN     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Hummus z ciecierzycy 30 g                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|                      | Obiad     | Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Kotlet schabowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Ziemniaki gotowane 180 g<br>Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                         | Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Schab gotowany 80 g<br>Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane 180 g<br>Fasolka szparagowa z wody* 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                               | Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Schab gotowany 80 g<br>Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane 180 g<br>Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                          |
|                      | PD        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|                      | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jabłko 150 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml                                                                                                               | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jabłko 150 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 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 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jabłko 150 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 400 ml                                                                                                                                              |
|                      |           | Wartość energetyczna: 1952.47 kcal; Białko ogółem: 76.48 g; Tłuszcz: 56.49 g; Kw. tł. nasy.: 21.59 g; Węglowodany ogółem: 295.67 g; W tym cukry: 52.93 g; Błonnik pok.: 25.69 g; Sól: 6.07 g;                                                                                                                                                                                        | Wartość energetyczna: 1829.01 kcal; Białko ogółem: 87.13 g; Tłuszcz: 41.08 g; Kw. tł. nasy.: 20.98 g; Węglowodany ogółem: 287.72 g; W tym cukry: 51.75 g; Błonnik pok.: 21.39 g; Sól: 6.38 g;                                                                                                                     | Wartość energetyczna: 1975.66 kcal; Białko ogółem: 94.16 g; Tłuszcz: 53.85 g; Kw. tł. nasy.: 24.11 g; Węglowodany ogółem: 295.25 g; W tym cukry: 57.76 g; Błonnik pok.: 36.28 g; Sól: 5.71 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,