

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- KOL Podstawowa	KAW- KOL Łatwostrawna	KAW- KOL Cukrzycowa
2024-05-13 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek świeży 60 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 30 g	Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 30 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek świeży 60 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (<u>może</u> <u>zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>)
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 80 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 80 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Fasolowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Klopsik drobiowy z udźca 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml		Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml
		Wartość energetyczna: 2147.81 kcal; Białko ogółem: 79.89 g; Tłuszcz: 49.06 g; Kw. tł. nasy.: 22.65 g; Węglowodany ogółem: 363.26 g; W tym cukry: 91.98 g; Błonnik pok.: 26.70 g; Sól: 6.76 g;	Wartość energetyczna: 2000.41 kcal; Białko ogółem: 71.74 g; Tłuszcz: 43.24 g; Kw. tł. nasy.: 22.26 g; Węglowodany ogółem: 342.88 g; W tym cukry: 90.78 g; Błonnik pok.: 19.42 g; Sól: 6.91 g;	Wartość energetyczna: 2034.43 kcal; Białko ogółem: 79.87 g; Tłuszcz: 67.43 g; Kw. tł. nasy.: 24.79 g; Węglowodany ogółem: 293.18 g; W tym cukry: 33.55 g; Błonnik pok.: 42.77 g; Sól: 6.86 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- KOL Podstawowa	KAW- KOL Łatwostrawna	KAW- KOL Cukrzycowa
2024-05-14 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Rzodkiew biała 60 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 30 g	Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 30 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Rzodkiew biała 60 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>)
	Obiad	Szczawiowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos meksykański 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 120 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Buraczki gotowane 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos meksykański 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 120 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml
		Wartość energetyczna: 2149.40 kcal; Białko ogółem: 92.67 g; Tłuszcz: 48.39 g; Kw. tł. nasy.: 23.60 g; Węglowodany ogółem: 350.32 g; W tym cukry: 75.46 g; Błonnik pok.: 31.10 g; Sól: 7.86 g;	Wartość energetyczna: 2091.46 kcal; Białko ogółem: 90.97 g; Tłuszcz: 43.75 g; Kw. tł. nasy.: 23.16 g; Węglowodany ogółem: 345.08 g; W tym cukry: 78.53 g; Błonnik pok.: 23.87 g; Sól: 6.97 g;	Wartość energetyczna: 1918.82 kcal; Białko ogółem: 91.18 g; Tłuszcz: 53.84 g; Kw. tł. nasy.: 27.34 g; Węglowodany ogółem: 287.49 g; W tym cukry: 45.23 g; Błonnik pok.: 42.23 g; Sól: 7.16 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- KOL Podstawowa	KAW- KOL Łatwostrawna	KAW- KOL Cukrzycowa
2024-05-15 środa	Śniadanie	kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 40 g (<u>SOJ, MLE, GLU OW</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 30 g	kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 40 g (<u>SOJ, MLE, GLU OW</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 30 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 40 g (<u>SOJ, MLE, GLU OW</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>)
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pulpet drobiowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka wykwinna z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Pulpet drobiowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pulpet drobiowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka wykwinna z olejem b/c 120 g 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>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ</u>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ</u>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml
		Wartość energetyczna: 2082.73 kcal; Białko ogółem: 77.06 g; Tłuszcz: 63.51 g; Kw. tł. nasy.: 21.57 g; Węglowodany ogółem: 311.46 g; W tym cukry: 60.42 g; Błonnik pok.: 22.36 g; Sól: 8.56 g;	Wartość energetyczna: 1910.73 kcal; Białko ogółem: 72.41 g; Tłuszcz: 48.10 g; Kw. tł. nasy.: 21.62 g; Węglowodany ogółem: 307.36 g; W tym cukry: 60.36 g; Błonnik pok.: 20.59 g; Sól: 7.18 g;	Wartość energetyczna: 1944.58 kcal; Białko ogółem: 76.01 g; Tłuszcz: 76.79 g; Kw. tł. nasy.: 29.81 g; Węglowodany ogółem: 255.23 g; W tym cukry: 30.76 g; Błonnik pok.: 36.05 g; Sól: 8.33 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

2024-05-16 czwartek

KAW- KOL Podstawowa		KAW- KOL Łatwostrawna	KAW- KOL Cukrzycowa
Śniadanie	Platki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser topiony 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 30 g	Platki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 30 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml
	II ŚN		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Fasolka po bretońsku 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Jabłko 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD		Wafle ryżowe 30 g
Kolać		Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Surówka z marchwi i rzepy z olejem 60 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 60 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 400 ml
		Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Surówka z marchwi i rzepy z olejem 60 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Surówka z marchwi i rzepy z olejem 60 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml
Wartość energetyczna: 2321.36 kcal; Białko ogółem: 73.25 g; Tłuszcz: 71.60 g; Kw. tł. nasy.: 31.39 g; Węglowodany ogółem: 363.89 g; W tym cukry: 77.39 g; Błonnik pok.: 36.02 g; Sól: 8.80 g;		Wartość energetyczna: 2154.36 kcal; Białko ogółem: 81.20 g; Tłuszcz: 64.26 g; Kw. tł. nasy.: 23.90 g; Węglowodany ogółem: 325.76 g; W tym cukry: 66.79 g; Błonnik pok.: 26.16 g; Sól: 6.69 g;	Wartość energetyczna: 1967.19 kcal; Białko ogółem: 77.40 g; Tłuszcz: 69.26 g; Kw. tł. nasy.: 25.78 g; Węglowodany ogółem: 275.90 g; W tym cukry: 28.54 g; Błonnik pok.: 38.41 g; Sól: 7.95 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- KOL Podstawowa	KAW- KOL Łatwostrawna	KAW- KOL Cukrzycowa
2024-05-17 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 30 g	Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 30 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>)
	Obiad	Szpinakowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</u>) Ryba smażona (Miruna) 80 g (<u>GLU PSZ. JAJ. RYB.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką*(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. SEL.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 120 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 120 g 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>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml		Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml
		Wartość energetyczna: 2118.95 kcal; Białko ogółem: 85.22 g; Tłuszcz: 56.80 g; Kw. tł. nasy.: 22.98 g; Węglowodany ogółem: 328.59 g; W tym cukry: 77.50 g; Błonnik pok.: 25.37 g; Sól: 5.87 g;	Wartość energetyczna: 2053.08 kcal; Białko ogółem: 83.76 g; Tłuszcz: 53.61 g; Kw. tł. nasy.: 22.42 g; Węglowodany ogółem: 320.26 g; W tym cukry: 76.03 g; Błonnik pok.: 23.40 g; Sól: 6.26 g;	Wartość energetyczna: 1824.81 kcal; Białko ogółem: 86.27 g; Tłuszcz: 59.89 g; Kw. tł. nasy.: 24.60 g; Węglowodany ogółem: 251.58 g; W tym cukry: 33.52 g; Błonnik pok.: 35.43 g; Sól: 5.82 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- KOL Podstawowa	KAW- KOL Łatwostrawna	KAW- KOL Cukrzycowa
2024-05-18 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 40 g (<u>SOJ. MLE. GLU OW.</u>) Pomidor 60 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 400 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Cukier 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 40 g (<u>SOJ. MLE. GLU OW.</u>) Pomidor 60 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 400 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Cukier 30 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 40 g (<u>SOJ. MLE. GLU OW.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Koperkowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Bigos 300 g (<u>GLU PSZ. SEL. GOR.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Jabłko 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL.</u>) Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL.</u>) Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paszтет z soczewicy * 80 g (<u>JAJ.</u>) Ogórek świeży 60 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 20 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paszтет z soczewicy * 80 g (<u>JAJ.</u>) Ogórek świeży 60 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml
		Wartość energetyczna: 2151.55 kcal; Białko ogółem: 66.91 g; Tłuszcz: 71.40 g; Kw. tł. nasy.: 26.85 g; Węglowodany ogółem: 325.08 g; W tym cukry: 70.45 g; Błonnik pok.: 31.14 g; Sól: 9.25 g;	Wartość energetyczna: 1803.62 kcal; Białko ogółem: 73.72 g; Tłuszcz: 49.43 g; Kw. tł. nasy.: 22.62 g; Węglowodany ogółem: 275.47 g; W tym cukry: 52.49 g; Błonnik pok.: 18.80 g; Sól: 7.57 g;	Wartość energetyczna: 1995.82 kcal; Białko ogółem: 88.06 g; Tłuszcz: 70.59 g; Kw. tł. nasy.: 28.30 g; Węglowodany ogółem: 270.35 g; W tym cukry: 19.50 g; Błonnik pok.: 37.14 g; Sól: 8.04 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- KOL Podstawowa	KAW- KOL Łatwostrawna	KAW- KOL Cukrzycowa
2024-05-19 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Pomidor 60 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 400 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Cukier 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Pomidor 60 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 400 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Cukier 30 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Pomidor 60 g 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)
	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Brokuł gotowany* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu waniliowa 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml
		Wartość energetyczna: 2333.77 kcal; Białko ogółem: 112.32 g; Tłuszcz: 86.93 g; Kw. tł. nasy.: 36.94 g; Węglowodany ogółem: 287.12 g; W tym cukry: 63.54 g; Błonnik pok.: 22.64 g; Sól: 7.88 g;	Wartość energetyczna: 2262.68 kcal; Białko ogółem: 116.49 g; Tłuszcz: 72.22 g; Kw. tł. nasy.: 30.58 g; Węglowodany ogółem: 296.00 g; W tym cukry: 67.90 g; Błonnik pok.: 20.70 g; Sól: 7.61 g;	Wartość energetyczna: 2381.07 kcal; Białko ogółem: 123.63 g; Tłuszcz: 96.27 g; Kw. tł. nasy.: 41.00 g; Węglowodany ogółem: 272.56 g; W tym cukry: 49.40 g; Błonnik pok.: 34.12 g; Sól: 7.63 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- KOL Podstawowa	KAW- KOL Łatwostrawna	KAW- KOL Cukrzycowa
2024-05-20 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Rzodkiew biała 60 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Rzodkiew biała 60 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g
	Obiad	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Pulpet wieprzowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka żydowska z olejem b/c () 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Buraczki z jabłkiem b/c 60 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml		Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml
		Wartość energetyczna: 2147.59 kcal; Białko ogółem: 81.22 g; Tłuszcz: 53.91 g; Kw. tł. nasy.: 22.79 g; Węglowodany ogółem: 351.67 g; W tym cukry: 78.85 g; Błonnik pok.: 27.98 g; Sól: 5.98 g;	Wartość energetyczna: 2010.77 kcal; Białko ogółem: 72.67 g; Tłuszcz: 48.40 g; Kw. tł. nasy.: 22.39 g; Węglowodany ogółem: 333.68 g; W tym cukry: 79.24 g; Błonnik pok.: 18.76 g; Sól: 6.13 g;	Wartość energetyczna: 2097.76 kcal; Białko ogółem: 84.85 g; Tłuszcz: 73.68 g; Kw. tł. nasy.: 28.15 g; Węglowodany ogółem: 290.95 g; W tym cukry: 28.16 g; Błonnik pok.: 43.10 g; Sól: 7.27 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- KOL Podstawowa	KAW- KOL Łatwostrawna	KAW- KOL Cukrzycowa
2024-05-21 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 30 g	Makaron na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 30 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>)
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR,</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Szpinak gotowany z olejem* 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty kiszonej * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR,</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem b/c 120 g 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>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szprot w sosie pomidorowym 80 g (<u>RYB, SEL,</u>) Ogórek świeży 60 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szprot w sosie pomidorowym 80 g (<u>RYB, SEL,</u>) Ogórek świeży 60 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml
		Wartość energetyczna: 2271.21 kcal; Białko ogółem: 85.23 g; Tłuszcz: 64.55 g; Kw. tł. nasy.: 26.81 g; Węglowodany ogółem: 352.11 g; W tym cukry: 61.79 g; Błonnik pok.: 28.31 g; Sól: 7.60 g;	Wartość energetyczna: 2085.67 kcal; Białko ogółem: 88.69 g; Tłuszcz: 47.84 g; Kw. tł. nasy.: 23.50 g; Węglowodany ogółem: 336.10 g; W tym cukry: 58.16 g; Błonnik pok.: 21.55 g; Sól: 6.81 g;	Wartość energetyczna: 2029.68 kcal; Białko ogółem: 80.13 g; Tłuszcz: 73.20 g; Kw. tł. nasy.: 30.48 g; Węglowodany ogółem: 282.41 g; W tym cukry: 31.66 g; Błonnik pok.: 40.29 g; Sól: 6.69 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- KOL Podstawowa	KAW- KOL Łatwostrawna	KAW- KOL Cukrzycowa
2024-05-22 środa	Śniadanie	Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Pasztecik drobiowy z kurnej półki (<u>JAJ, SEL</u> ,) Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 30 g	Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u> ,) Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 30 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u> ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u> ,) Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> ,)
	Obiad	Grycikowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> ,) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos bazylkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> ,) Ziemniaki gotowane 180 g Salata zielona z jogurtem 60 g (<u>MLE</u> ,) 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> ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Pasta z twarogu i rzodkiewki 80 g (<u>MLE</u> ,) Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE</u> ,) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Pasta z twarogu i rzodkiewki 80 g (<u>MLE</u> ,) Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml
		Wartość energetyczna: 2089.93 kcal; Białko ogółem: 87.40 g; Tłuszcz: 49.94 g; Kw. tł. nasy.: 21.46 g; Węglowodany ogółem: 334.22 g; W tym cukry: 72.79 g; Błonnik pok.: 23.11 g; Sól: 5.72 g;	Wartość energetyczna: 2024.82 kcal; Białko ogółem: 84.13 g; Tłuszcz: 44.08 g; Kw. tł. nasy.: 22.99 g; Węglowodany ogółem: 333.07 g; W tym cukry: 72.42 g; Błonnik pok.: 20.54 g; Sól: 6.71 g;	Wartość energetyczna: 1794.75 kcal; Białko ogółem: 82.50 g; Tłuszcz: 53.94 g; Kw. tł. nasy.: 24.88 g; Węglowodany ogółem: 261.11 g; W tym cukry: 28.76 g; Błonnik pok.: 33.77 g; Sól: 6.47 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- KOL Podstawowa	KAW- KOL Łatwostrawna	KAW- KOL Cukrzycowa
2024-05-23 czwartek	Śniadanie	kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 30 g	kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor b/skórki 60 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 30 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>)
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 120 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ,</u>) Brokuł gotowany* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 120 g (<u>SEL.</u>) 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>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Paszтет z ciecierzycy 80 g (<u>JAJ.</u>) Rzodkiew biała 60 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Paszтет z ciecierzycy 80 g (<u>JAJ.</u>) Rzodkiew biała 60 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml
		Wartość energetyczna: 2307.13 kcal; Białko ogółem: 78.17 g; Tłuszcz: 70.38 g; Kw. tł. nasy.: 23.76 g; Węglowodany ogółem: 351.45 g; W tym cukry: 67.79 g; Błonnik pok.: 26.51 g; Sól: 6.85 g;	Wartość energetyczna: 2071.34 kcal; Białko ogółem: 79.36 g; Tłuszcz: 53.55 g; Kw. tł. nasy.: 21.13 g; Węglowodany ogółem: 327.99 g; W tym cukry: 62.37 g; Błonnik pok.: 21.23 g; Sól: 7.37 g;	Wartość energetyczna: 2082.40 kcal; Białko ogółem: 77.00 g; Tłuszcz: 75.99 g; Kw. tł. nasy.: 27.29 g; Węglowodany ogółem: 286.77 g; W tym cukry: 41.13 g; Błonnik pok.: 43.70 g; Sól: 5.86 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- KOL Podstawowa	KAW- KOL Łatwostrawna	KAW- KOL Cukrzycowa
2024-05-24 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 80 g (<u>MLE.</u>) Dżem 20 g Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 30 g	Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 80 g (<u>MLE.</u>) Dżem 20 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 30 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ. MLE. GOR.</u>)
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Pulpet rybny (Miruna) 80 g (<u>GLU PSZ. JAJ. RYB.</u>) Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL.</u>) Pulpet rybny (Miruna) 80 g (<u>GLU PSZ. JAJ. RYB.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Warzywa po grecku* 120 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL.</u>) Pulpet rybny (Miruna) 80 g (<u>GLU PSZ. JAJ. RYB.</u>) Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 120 g 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>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek świeży 60 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek świeży 60 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml
		Wartość energetyczna: 2070.49 kcal; Białko ogółem: 79.68 g; Tłuszcz: 51.42 g; Kw. tł. nasy.: 22.47 g; Węglowodany ogółem: 335.80 g; W tym cukry: 81.38 g; Błonnik pok.: 27.49 g; Sól: 6.78 g;	Wartość energetyczna: 2071.74 kcal; Białko ogółem: 80.49 g; Tłuszcz: 46.47 g; Kw. tł. nasy.: 22.11 g; Węglowodany ogółem: 344.15 g; W tym cukry: 84.12 g; Błonnik pok.: 22.88 g; Sól: 6.23 g;	Wartość energetyczna: 1803.43 kcal; Białko ogółem: 72.76 g; Tłuszcz: 56.55 g; Kw. tł. nasy.: 24.39 g; Węglowodany ogółem: 267.26 g; W tym cukry: 41.73 g; Błonnik pok.: 34.47 g; Sól: 6.48 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- KOL Podstawowa	KAW- KOL Łatwostrawna	KAW- KOL Cukrzycowa
2024-05-25 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Rzodkiew biała 60 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 400 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Cukier 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 400 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Cukier 30 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Rzodkiew biała 60 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 120 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Buraczki gotowane 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 120 g (<u>SEL.</u>) 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>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 120 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 60 g Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Pomidor b/skórki 60 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	
	Wartość energetyczna: 2173.78 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 80.82 g; Kw. tł. nasy.: 31.36 g; Węglowodany ogółem: 297.36 g; W tym cukry: 56.87 g; Błonnik pok.: 26.72 g; Sól: 10.19 g;	Wartość energetyczna: 1834.97 kcal; Białko ogółem: 67.44 g; Tłuszcz: 44.79 g; Kw. tł. nasy.: 20.02 g; Węglowodany ogółem: 299.32 g; W tym cukry: 54.95 g; Błonnik pok.: 20.25 g; Sól: 7.50 g;	Wartość energetyczna: 1802.50 kcal; Białko ogółem: 79.75 g; Tłuszcz: 61.95 g; Kw. tł. nasy.: 24.40 g; Węglowodany ogółem: 249.13 g; W tym cukry: 17.33 g; Błonnik pok.: 37.54 g; Sól: 7.48 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

2024-05-26 niedziela	Śniadanie	KAW- KOL Podstawowa	KAW- KOL Łatwostrawna	KAW- KOL Cukrzycowa
		Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (<u>GLU PSZ. SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (<u>GLU PSZ. SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 400 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Cukier 30 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (<u>GLU PSZ. SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)
	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Kotlet schabowy 80 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Mizeria 120 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Schab gotowany 80 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Schab gotowany 80 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Mizeria 120 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Budyń o smaku śmietankowym/p b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml
		Wartość energetyczna: 1911.61 kcal; Białko ogółem: 70.20 g; Tłuszcz: 55.47 g; Kw. tł. nasy.: 24.26 g; Węglowodany ogółem: 291.90 g; W tym cukry: 59.56 g; Błonnik pok.: 21.71 g; Sól: 6.05 g;	Wartość energetyczna: 1906.78 kcal; Białko ogółem: 86.90 g; Tłuszcz: 43.73 g; Kw. tł. nasy.: 23.29 g; Węglowodany ogółem: 297.60 g; W tym cukry: 65.80 g; Błonnik pok.: 17.94 g; Sól: 6.40 g;	Wartość energetyczna: 1872.87 kcal; Białko ogółem: 95.93 g; Tłuszcz: 53.36 g; Kw. tł. nasy.: 28.33 g; Węglowodany ogółem: 268.07 g; W tym cukry: 46.07 g; Błonnik pok.: 32.25 g; Sól: 5.77 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,