

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

|                         |           | KAW- CH Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | KAW- CH Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | KAW- STO Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | KAW- STO Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | KAW- STO Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------------|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-07-22 poniedziałek | Śniadanie | Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU JECZ.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> , )<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ.</u> )<br>Dżem 30 g<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU JECZ.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> , )<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ.</u> )<br>Dżem 30 g<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU JECZ.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> , )<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ.</u> )<br>Dżem 30 g<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU JECZ.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> , )<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ.</u> )<br>Dżem 30 g<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Mleko 200 ml ( <u>MLE</u> , )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> , )<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ.</u> )<br>Ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> , )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                    |
|                         | II ŚN     | Banan 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Piersz gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać</u> : <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR.</u> )                                                                                                 |
|                         | Obiad     | Brokułowa z ryżem * 300 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL.</u> )<br>Kluski leniwe z serem* 300 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE.</u> )<br>Mus z jabłek prażonych 100 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL.</u> )<br>Kluski leniwe z serem* 300 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE.</u> )<br>Mus z jabłek prażonych 100 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Brokułowa z ryżem brązowym* 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL.</u> )<br>Pulpet mięsno-warzywny* (wieprzowy) 80 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL.</u> )<br>Sos koperkowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>MLE.</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 180 g<br>Surówka z pora i jabłka z koperkiem (z olejem) 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                  |
|                         | PD        | Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Jabłko 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|                         | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> , )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g<br>Szprot w sosie pomidorowym 50 g ( <u>RYB.</u> , <u>SEL.</u> )<br>Papryka świeża 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                         | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> , )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g<br>Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                             | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> , )<br>Szprot w sosie pomidorowym 50 g ( <u>RYB.</u> , <u>SEL.</u> )<br>Twaróg półtłusty 70 g ( <u>MLE</u> , )<br>Papryka świeża 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                            | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> , )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g<br>Twaróg półtłusty 70 g ( <u>MLE</u> , )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                               | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> , )<br>Szprot w sosie pomidorowym 50 g ( <u>RYB.</u> , <u>SEL.</u> )<br>Twaróg półtłusty 70 g ( <u>MLE</u> , )<br>Papryka świeża 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                               |
|                         | PN        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> , )<br>Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g ( <u>SOJ.</u> , <u>może zawierać</u> : <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>OZI</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>SEZ.</u> ) |
|                         |           | Wartość energetyczna: 2450.04 kcal;<br>Białko ogółem: 75.34 g; Tłuszcz: 60.62 g;<br>Kw. tł. nasy.: 31.81 g; Węglowodany ogółem: 410.04 g; W tym cukry: 147.97 g;<br>Błonnik pok.: 19.93 g; Sól: 6.44 g;                                                                                                                                                                                                                                                      | Wartość energetyczna: 2410.77 kcal;<br>Białko ogółem: 74.61 g; Tłuszcz: 56.80 g;<br>Kw. tł. nasy.: 30.04 g; Węglowodany ogółem: 407.71 g; W tym cukry: 145.35 g;<br>Błonnik pok.: 16.48 g; Sól: 7.17 g;                                                                                                                                                                                                                                     | Wartość energetyczna: 2314.38 kcal;<br>Białko ogółem: 85.46 g; Tłuszcz: 65.13 g;<br>Kw. tł. nasy.: 34.61 g; Węglowodany ogółem: 354.67 g; W tym cukry: 95.66 g;<br>Błonnik pok.: 18.67 g; Sól: 6.02 g;                                                                                                                                                                                                                                                       | Wartość energetyczna: 2277.61 kcal;<br>Białko ogółem: 85.72 g; Tłuszcz: 61.25 g;<br>Kw. tł. nasy.: 32.86 g; Węglowodany ogółem: 352.38 g; W tym cukry: 93.30 g;<br>Błonnik pok.: 15.23 g; Sól: 6.69 g;                                                                                                                                                                                                                                      | Wartość energetyczna: 2122.73 kcal;<br>Białko ogółem: 97.39 g; Tłuszcz: 77.24 g;<br>Kw. tł. nasy.: 37.48 g; Węglowodany ogółem: 277.38 g; W tym cukry: 51.38 g;<br>Błonnik pok.: 37.89 g; Sól: 8.56 g;                                                                                                                                                                  |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

|                   |           | KAW- CH Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | KAW- CH Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | KAW- STO Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | KAW- STO Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | KAW- STO Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-------------------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-07-23 wtorek | Śniadanie | Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <b>SOJ</b> )<br>Ogórek świeży 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g                                                                                         | Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <b>SOJ</b> )<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g                                                                            | Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <b>MLE</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <b>SOJ</b> )<br>Ogórek świeży 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g                                                                                         | Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <b>MLE</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <b>SOJ</b> )<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g                                                                            | Mleko 200 ml ( <b>MLE</b> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <b>SOJ</b> )<br>Ogórek świeży 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                                                                                       |
|                   | II ŚN     | Jabłko 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Chleb żytni razowy 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 30 g ( <b>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|                   | Obiad     | Pieczarkowa z ziemniakami * 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> )<br>Bitka z szynki wieprzowej 80 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Sos szpinakowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Makaron 180 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                        | Solferino * 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> )<br>Bitka z szynki wieprzowej 80 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Sos szpinakowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Makaron 180 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                   | Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> )<br>Bitka z szynki wieprzowej 80 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Sos szpinakowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Makaron 180 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                        | Solferino * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> )<br>Bitka z szynki wieprzowej 80 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Sos szpinakowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Makaron 180 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                   | Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> )<br>Bitka z szynki wieprzowej 80 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Sos szpinakowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                  |
|                   | PD        | Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml ( <b>MLE</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|                   | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <b>SOJ</b> )<br>Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</b> )<br>Surówka z marchwi i selera naciowego z olejem 50 g ( <b>SEL</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <b>SOJ</b> )<br>Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <b>SOJ</b> )<br>Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</b> )<br>Surówka z marchwi i selera naciowego z olejem 50 g ( <b>SEL</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <b>SOJ</b> )<br>Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <b>SOJ</b> )<br>Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> )<br>Surówka z marchwi i selera naciowego z olejem 50 g ( <b>SEL</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml |
|                   | PN        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Twarożek 50 g ( <b>MLE</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|                   |           | Wartość energetyczna: 2451.27 kcal; Białko ogółem: 98.83 g; Tłuszcz: 76.05 g; Kw. tł. nasy.: 30.12 g; Węglowodany ogółem: 354.09 g; W tym cukry: 92.02 g; Błonnik pok.: 23.74 g; Sól: 8.06 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Wartość energetyczna: 2366.19 kcal; Białko ogółem: 96.71 g; Tłuszcz: 66.90 g; Kw. tł. nasy.: 28.05 g; Węglowodany ogółem: 354.15 g; W tym cukry: 93.37 g; Błonnik pok.: 19.96 g; Sól: 7.48 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Wartość energetyczna: 2335.36 kcal; Białko ogółem: 100.09 g; Tłuszcz: 76.84 g; Kw. tł. nasy.: 29.59 g; Węglowodany ogółem: 321.40 g; W tym cukry: 57.54 g; Błonnik pok.: 22.44 g; Sól: 8.47 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Wartość energetyczna: 2211.96 kcal; Białko ogółem: 94.49 g; Tłuszcz: 65.12 g; Kw. tł. nasy.: 26.72 g; Węglowodany ogółem: 321.17 g; W tym cukry: 59.65 g; Błonnik pok.: 18.55 g; Sól: 7.51 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Wartość energetyczna: 2198.92 kcal; Białko ogółem: 109.50 g; Tłuszcz: 78.66 g; Kw. tł. nasy.: 32.82 g; Węglowodany ogółem: 276.47 g; W tym cukry: 26.91 g; Błonnik pok.: 34.95 g; Sól: 8.91 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

|                  |           | KAW- CH Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | KAW- CH Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | KAW- STO Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | KAW- STO Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | KAW- STO Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|------------------|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-07-24 środa | Śniadanie | Platki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g<br>Dżem 30 g<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g                                                 | Platki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g<br>Dżem 30 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g                                                           | Platki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g<br>Dżem 30 g<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g                                                 | Platki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g<br>Dżem 30 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g                                                           | Mleko 200 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Ser żółty 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                              |
|                  | I śN      | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Filet z kurczaka gotowany 30 g                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|                  | Obiad     | Zupa z soczewicy i ziemniakami * 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Kotlet pożarski-drobiowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 160 g<br>Mizeria 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                            | Gryskowa z ziemniakami* 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 160 g<br>Buraczki gotowane 100 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                  | Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Kotlet pożarski-drobiowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 180 g<br>Mizeria 120 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                            | Gryskowa z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 180 g<br>Buraczki gotowane 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                  | Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 180 g<br>Mizeria 120 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                   |
|                  | PD        | Arbuz 200 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Arbuz 200 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|                  | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek a'la homogenizowany 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Sałatka wiosenna 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Serek a'la homogenizowany 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałatka wiosenna - diety 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek a'la homogenizowany 70 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Sałatka wiosenna 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Serek a'la homogenizowany 70 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałatka wiosenna - diety 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek a'la homogenizowany 70 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Sałatka wiosenna 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml |
|                  | PN        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u> )                                                                                              |
|                  |           | Wartość energetyczna: 2462.22 kcal;<br>Białko ogółem: 96.08 g; Tłuszcz: 76.88 g;<br>Kw. tł. nasy.: 29.49 g; Węglowodany ogółem: 356.98 g; W tym cukry: 97.94 g;<br>Błonnik pok.: 24.78 g; Sól: 7.66 g;                                                                                                                                                                                                                                             | Wartość energetyczna: 2223.48 kcal;<br>Białko ogółem: 83.40 g; Tłuszcz: 63.50 g;<br>Kw. tł. nasy.: 27.34 g; Węglowodany ogółem: 338.56 g; W tym cukry: 101.86 g;<br>Błonnik pok.: 19.23 g; Sól: 7.33 g;                                                                                                                                                                                                                                                    | Wartość energetyczna: 2420.34 kcal;<br>Białko ogółem: 98.52 g; Tłuszcz: 77.75 g;<br>Kw. tł. nasy.: 28.87 g; Węglowodany ogółem: 342.53 g; W tym cukry: 73.66 g;<br>Błonnik pok.: 26.14 g; Sól: 7.81 g;                                                                                                                                                                                                                                             | Wartość energetyczna: 2151.00 kcal;<br>Białko ogółem: 83.75 g; Tłuszcz: 62.56 g;<br>Kw. tł. nasy.: 26.41 g; Węglowodany ogółem: 322.25 g; W tym cukry: 78.28 g;<br>Błonnik pok.: 19.97 g; Sól: 7.48 g;                                                                                                                                                                                                                                                     | Wartość energetyczna: 2273.72 kcal;<br>Białko ogółem: 106.42 g; Tłuszcz: 78.15 g;<br>Kw. tł. nasy.: 34.71 g; Węglowodany ogółem: 305.71 g; W tym cukry: 58.81 g;<br>Błonnik pok.: 36.44 g; Sól: 8.63 g;                                                                                                                                                                                    |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

|                     |           | KAW- CH Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | KAW- CH Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | KAW- STO Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | KAW- STO Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | KAW- STO Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|---------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-07-25 czwartek | Śniadanie | Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> )<br>Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Ogórek świeży 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> )<br>Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g                                                                                      | Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> )<br>Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Ogórek świeży 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> )<br>Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g                                                                                                      | Mleko 200 ml ( <u>MLE,</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> )<br>Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Ogórek świeży 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                             |
|                     | II ŚN     | Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Paszтет sojowy z pomidorami 50 g ( <u>SOJ, GOR,</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|                     | Obiad     | Barszcz biały z ziemniakami * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u> )<br>Leczo z drobiem-dieta * 200 g<br>Ryż na sypko 160 g<br>Sałata zielona z jogurtem 60 g ( <u>MLE,</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                               | Ziemniaczana * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Leczo z drobiem-dieta * 200 g<br>Ryż na sypko 160 g<br>Sałata zielona z jogurtem 60 g ( <u>MLE,</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u> )<br>Leczo z drobiem-dieta * 200 g<br>Ryż na sypko 180 g<br>Sałata zielona z jogurtem 60 g ( <u>MLE,</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                               | Ziemniaczana * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Leczo z drobiem-dieta * 200 g<br>Ryż na sypko 180 g<br>Sałata zielona z jogurtem 60 g ( <u>MLE,</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u> )<br>Leczo z drobiem-dieta * 200 g<br>Ryż na sypko (brązowy) 180 g<br>Sałata zielona z jogurtem 60 g ( <u>MLE,</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                       |
|                     | PD        | Jabłko 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|                     | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Paszтет z ciecierzycy * 50 g ( <u>JAJ,</u> )<br>Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u> )<br>Papryka świeża 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml       | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u> )<br>Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u> )<br>Paszтет z ciecierzycy * 70 g ( <u>JAJ,</u> )<br>Papryka świeża 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml       | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u> )<br>Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u> )<br>Paszтет z ciecierzycy * 70 g ( <u>JAJ,</u> )<br>Papryka świeża 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml |
|                     | PN        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g                                                                                                                                                                                                                                            |
|                     |           | Wartość energetyczna: 2105.44 kcal;<br>Białko ogółem: 75.99 g; Tłuszcz: 55.53 g;<br>Kw. tł. nasy.: 23.55 g; Węglowodany ogółem: 336.13 g; W tym cukry: 72.37 g;<br>Błonnik pok.: 24.15 g; Sól: 7.19 g;                                                                                                                                                                                                                                                                      | Wartość energetyczna: 2040.36 kcal;<br>Białko ogółem: 78.70 g; Tłuszcz: 50.28 g;<br>Kw. tł. nasy.: 22.43 g; Węglowodany ogółem: 328.37 g; W tym cukry: 68.94 g;<br>Błonnik pok.: 19.62 g; Sól: 7.55 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Wartość energetyczna: 2147.35 kcal;<br>Białko ogółem: 77.47 g; Tłuszcz: 56.72 g;<br>Kw. tł. nasy.: 25.05 g; Węglowodany ogółem: 341.34 g; W tym cukry: 63.01 g;<br>Błonnik pok.: 23.00 g; Sól: 7.33 g;                                                                                                                                                                                                                                                                      | Wartość energetyczna: 2043.67 kcal;<br>Białko ogółem: 78.72 g; Tłuszcz: 49.33 g;<br>Kw. tł. nasy.: 23.49 g; Węglowodany ogółem: 330.47 g; W tym cukry: 59.03 g;<br>Błonnik pok.: 17.94 g; Sól: 7.64 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Wartość energetyczna: 2137.30 kcal;<br>Białko ogółem: 83.73 g; Tłuszcz: 74.82 g;<br>Kw. tł. nasy.: 27.33 g; Węglowodany ogółem: 295.71 g; W tym cukry: 30.01 g;<br>Błonnik pok.: 40.69 g; Sól: 8.81 g;                                                                                                                                                                                                        |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

|                   |           | KAW- CH Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | KAW- CH Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | KAW- STO Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | KAW- STO Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | KAW- STO Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-07-26 piątek | Śniadanie | Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 30 g ( <u>SOJ, MLE, GLU OW,</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 30 g ( <u>SOJ, MLE, GLU OW,</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 30 g ( <u>SOJ, MLE, GLU OW,</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 30 g ( <u>SOJ, MLE, GLU OW,</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Mleko 200 ml ( <u>MLE,</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 30 g ( <u>SOJ, MLE, GLU OW,</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml |
|                   | II ŚN     | Arbuz 200 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ,</u> )                                                                                                                                                                                                     |
|                   | Obiad     | Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Ryba smażona (Miruna) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 160 g<br>Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                    | Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Ryba pieczona (Brama) 80 g ( <u>RYB, może zawierać: SKO, MCK,</u> )<br>Sos pietruszkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 160 g<br>Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                       | Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Ryba smażona (Miruna) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 180 g<br>Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                    | Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Ryba pieczona (Brama) 80 g ( <u>RYB, może zawierać: SKO, MCK,</u> )<br>Sos pietruszkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 180 g<br>Szpinak gotowany z olejem* 120 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                       | Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Ryba pieczona (Brama) 80 g ( <u>RYB, może zawierać: SKO, MCK,</u> )<br>Sos pietruszkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 180 g<br>Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                           |
|                   | PD        | Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml ( <u>MLE,</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml ( <u>MLE,</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|                   | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Połędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g ( <u>SOJ, MLE,</u> )<br>Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 50 g ( <u>MLE,</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                      | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Połędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g ( <u>SOJ, MLE,</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem 50 g ( <u>MLE,</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                  | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Połędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g ( <u>SOJ, MLE,</u> )<br>Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 70 g ( <u>MLE,</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                      | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Połędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g ( <u>SOJ, MLE,</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem 70 g ( <u>MLE,</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                  | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Połędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g ( <u>SOJ, MLE,</u> )<br>Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 70 g ( <u>MLE,</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                   |
|                   | PN        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> )<br>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ,</u> )                                                                                                                                                           |
|                   |           | Wartość energetyczna: 2329.12 kcal;<br>Białko ogółem: 95.49 g; Tłuszcz: 67.25 g;<br>Kw. tł. nasy.: 28.12 g; Węglowodany ogółem: 345.21 g; W tym cukry: 113.84 g;<br>Błonnik pok.: 23.45 g; Sól: 7.82 g;                                                                                                                                                                                                                                                                | Wartość energetyczna: 2199.83 kcal;<br>Białko ogółem: 94.93 g; Tłuszcz: 57.84 g;<br>Kw. tł. nasy.: 28.28 g; Węglowodany ogółem: 332.77 g; W tym cukry: 109.75 g;<br>Błonnik pok.: 18.43 g; Sól: 7.25 g;                                                                                                                                                                                                                                                       | Wartość energetyczna: 2137.07 kcal;<br>Białko ogółem: 95.13 g; Tłuszcz: 66.46 g;<br>Kw. tł. nasy.: 27.39 g; Węglowodany ogółem: 299.53 g; W tym cukry: 65.48 g;<br>Błonnik pok.: 24.50 g; Sól: 8.05 g;                                                                                                                                                                                                                                                                 | Wartość energetyczna: 2007.35 kcal;<br>Białko ogółem: 94.84 g; Tłuszcz: 57.10 g;<br>Kw. tł. nasy.: 27.57 g; Węglowodany ogółem: 286.41 g; W tym cukry: 60.54 g;<br>Błonnik pok.: 19.18 g; Sól: 7.49 g;                                                                                                                                                                                                                                                        | Wartość energetyczna: 2039.69 kcal;<br>Białko ogółem: 103.01 g; Tłuszcz: 68.05 g;<br>Kw. tł. nasy.: 32.44 g; Węglowodany ogółem: 269.30 g; W tym cukry: 48.91 g;<br>Błonnik pok.: 33.36 g; Sól: 8.67 g;                                                                                                                                                     |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

|                   |           | KAW- CH Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | KAW- CH Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | KAW- STO Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | KAW- STO Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | KAW- STO Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-------------------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-07-27 sobota | Śniadanie | Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ,<br><u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,)<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g<br>( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,)<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,)<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ</u> ,)<br>Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ,)<br>Ketchup 30 g ( <u>SEL</u> ,)<br>Ogórek świeży 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ,<br><u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,)<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g<br>( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,)<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ</u> ,)<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ,)<br>Miód (25g) 1 szt<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Ryż na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> ,<br><u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,)<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g<br>( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,)<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,)<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 120 g ( <u>SOJ</u> ,)<br>Ketchup 30 g ( <u>SEL</u> ,)<br>Ogórek świeży 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Ryż na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> ,<br><u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,)<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g<br>( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,)<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ</u> ,)<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ,)<br>Miód (25g) 1 szt<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Mleko 200 ml ( <u>MLE</u> ,)<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,)<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Schab Maryny- wędzonka<br>wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u> ,)<br>Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ,)<br>Ogórek świeży 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml |
|                   | II ŚN     | Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ,)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,)<br>Twarożek z koperkiem 50 g ( <u>MLE</u> ,)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|                   | Obiad     | Grochowa z ziemniakami * 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ,)<br>Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ,)<br>Kasza jęczmienna/sypko 160 g ( <u>GLU JECZ</u> ,)<br>Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Selerowa z ziemniakami * 300 ml ( <u>MLE, SEL</u> ,)<br>Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ,)<br>Kasza jęczmienna/sypko 160 g ( <u>GLU JECZ</u> ,)<br>Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                                   | Grochowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ,)<br>Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ,)<br>Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JECZ</u> ,)<br>Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                            | Selerowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ,)<br>Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ,)<br>Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JECZ</u> ,)<br>Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                                   | Grochowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ,)<br>Bitka schabowa 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ,)<br>Sos bazylowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ,)<br>Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JECZ</u> ,)<br>Ogórek kiszony z cebulką z olejem 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                 |
|                   | PD        | Banan 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|                   | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,)<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ</u> ,)<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ,)<br>Serek Fromage 50 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ,)<br>Rzodkiew biała 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                 | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,)<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ</u> ,)<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ,)<br>Łopátka z bójnicka wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ</u> ,)<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                             | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,)<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ</u> ,)<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ,)<br>Serek Fromage 70 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ,)<br>Rzodkiew biała 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                 | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,)<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ</u> ,)<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ,)<br>Łopátka z bójnicka wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ</u> ,)<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                             | Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,)<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ,)<br>Łopátka z bójnicka wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ</u> ,)<br>Rzodkiew biała 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                                           |
|                   | PN        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,)<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ,)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|                   |           | Wartość energetyczna: 2669.13 kcal;<br>Białko ogółem: 98.92 g; Tłuszcz: 95.36 g;<br>Kw. tł. nasy.: 45.70 g; Węglowodany ogółem: 363.79 g; W tym cukry: 98.28 g;<br>Błonnik pok.: 30.34 g; Sól: 8.93 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Wartość energetyczna: 2308.29 kcal;<br>Białko ogółem: 88.30 g; Tłuszcz: 61.91 g;<br>Kw. tł. nasy.: 27.45 g; Węglowodany ogółem: 360.71 g; W tym cukry: 92.72 g;<br>Błonnik pok.: 22.63 g; Sól: 7.07 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Wartość energetyczna: 2838.83 kcal;<br>Białko ogółem: 101.84 g; Tłuszcz: 118.15 g;<br>Kw. tł. nasy.: 55.97 g; Węglowodany ogółem: 351.48 g; W tym cukry: 68.08 g;<br>Błonnik pok.: 30.67 g; Sól: 10.04 g;                                                                                                                                                                                                                                                                             | Wartość energetyczna: 2224.50 kcal;<br>Białko ogółem: 86.60 g; Tłuszcz: 62.62 g;<br>Kw. tł. nasy.: 27.14 g; Węglowodany ogółem: 339.39 g; W tym cukry: 61.59 g;<br>Błonnik pok.: 22.04 g; Sól: 7.13 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Wartość energetyczna: 2307.53 kcal;<br>Białko ogółem: 110.89 g; Tłuszcz: 74.34 g;<br>Kw. tł. nasy.: 30.19 g; Węglowodany ogółem: 315.22 g; W tym cukry: 41.71 g;<br>Błonnik pok.: 32.79 g; Sól: 10.36 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

|                      |           | KAW- CH Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | KAW- CH Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | KAW- STO Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | KAW- STO Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | KAW- STO Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|----------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-07-28 niedziela | Śniadanie | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Szynkowa dębowa<br>kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Papryka świeża 50 g<br>Kakao z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Cukier 30 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Szynkowa dębowa<br>kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Kakao z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Cukier 30 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Szynkowa dębowa<br>kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Papryka świeża 50 g<br>Kakao z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Cukier 30 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Szynkowa dębowa<br>kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Kakao z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Cukier 30 g | Mleko 200 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Szynkowa dębowa<br>kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Papryka świeża 50 g                                 |
|                      | II ŚN     | Jabłko 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Ser żółty 30 g ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                            |
|                      | Obiad     | Rosół z makaronem * 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g<br>Ziemniaki młode gotowane 160 g<br>Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 100 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                  | Rosół z makaronem * 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g<br>Sos ziołowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 160 g<br>Brokuł gotowany* 100 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                             | Rosół z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g<br>Ziemniaki młode gotowane 180 g<br>Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                  | Rosół z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g<br>Sos ziołowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 180 g<br>Brokuł gotowany* 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                             | Rosół z makaronem pełnoziarnistym 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g<br>Sos ziołowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 180 g<br>Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                       |
|                      | PD        | Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Jabłko 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|                      | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Połędwica Sopotcka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g ( <u>SOJ, MLE.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Połędwica Sopotcka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g ( <u>SOJ, MLE.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml |
|                      | PN        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny srednio rozdrobniony parzony,wędzony 30 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u> )                               |
|                      |           | Wartość energetyczna: 2304.99 kcal;<br>Białko ogółem: 106.02 g; Tłuszcz: 81.10 g;<br>Kw. tł. nasy.: 32.48 g; Węglowodany ogółem: 296.47 g; W tym cukry: 70.43 g;<br>Błonnik pok.: 23.12 g; Sól: 8.47 g;                                                                                                                                                                                  | Wartość energetyczna: 2278.48 kcal;<br>Białko ogółem: 108.23 g; Tłuszcz: 76.04 g;<br>Kw. tł. nasy.: 32.11 g; Węglowodany ogółem: 297.27 g; W tym cukry: 66.07 g;<br>Błonnik pok.: 19.80 g; Sól: 8.57 g;                                                                                                                                                                         | Wartość energetyczna: 2087.05 kcal;<br>Białko ogółem: 103.17 g; Tłuszcz: 75.63 g;<br>Kw. tł. nasy.: 31.45 g; Węglowodany ogółem: 257.06 g; W tym cukry: 57.28 g;<br>Błonnik pok.: 20.28 g; Sól: 8.23 g;                                                                                                                                                                                  | Wartość energetyczna: 2050.49 kcal;<br>Białko ogółem: 105.58 g; Tłuszcz: 69.61 g;<br>Kw. tł. nasy.: 31.01 g; Węglowodany ogółem: 257.25 g; W tym cukry: 52.48 g;<br>Błonnik pok.: 16.90 g; Sól: 8.36 g;                                                                                                                                                                         | Wartość energetyczna: 2233.83 kcal;<br>Białko ogółem: 114.35 g; Tłuszcz: 90.06 g;<br>Kw. tł. nasy.: 39.33 g; Węglowodany ogółem: 260.26 g; W tym cukry: 43.08 g;<br>Błonnik pok.: 36.11 g; Sól: 9.66 g;                                                                                                                    |



Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

|                         |           | KAW- CH Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | KAW- CH Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | KAW- STO Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | KAW- STO Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | KAW- STO Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-------------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-07-29 poniedziałek | Śniadanie | Kasza jaglana na mleku 300 ml ( <u>MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Kasza jaglana na mleku 300 ml ( <u>MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Kasza jaglana na mleku 400 ml ( <u>MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Kasza jaglana na mleku 400 ml ( <u>MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Mleko 200 ml ( <u>MLE,</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml |
|                         | II ŚN     | Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|                         | Obiad     | Barszcz ukraiński z ziemniakami* 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Ryż na sypko 160 g<br>Sos jogurtowo-porceczkowy* 100 g ( <u>MLE,</u> )<br>Jabłko 150 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Barszcz czerwony z ziemniakami * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Ryż na sypko 160 g<br>Sos jogurtowo-porceczkowy* 100 g ( <u>MLE,</u> )<br>Jabłko 150 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Ryż na sypko 180 g<br>Sos jogurtowo-porceczkowy* 100 g ( <u>MLE,</u> )<br>Jabłko 150 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Ryż na sypko 180 g<br>Sos jogurtowo-porceczkowy* 100 g ( <u>MLE,</u> )<br>Jabłko 150 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Pulpet drobiowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> )<br>Sos majerankowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Ryż na sypko (brązowy) 180 g<br>Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                             |
|                         | PD        | Chrupki kukurydziane 20 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <u>SOJ,</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|                         | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> )<br>Ser żółty 30 g ( <u>MLE,</u> )<br>Ogórek świeży 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                   | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> )<br>Serek a'la homogenizowany 50 g ( <u>MLE,</u> )<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                                                                                                         | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> )<br>Ser żółty 30 g ( <u>MLE,</u> )<br>Ogórek świeży 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                   | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> )<br>Serek a'la homogenizowany 70 g ( <u>MLE,</u> )<br>Ogórek świeży 50 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                                                                                   | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> )<br>Serek a'la homogenizowany 70 g ( <u>MLE,</u> )<br>Ogórek świeży 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                                                                          |
|                         | PN        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> )<br>Ser żółty 30 g ( <u>MLE,</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|                         |           | Wartość energetyczna: 2071.48 kcal;<br>Białko ogółem: 71.37 g; Tłuszcz: 56.38 g;<br>Kw. tł. nasy.: 28.48 g; Węglowodany ogółem: 333.84 g; W tym cukry: 74.03 g;<br>Błonnik pok.: 25.63 g; Sól: 7.64 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Wartość energetyczna: 2033.41 kcal;<br>Białko ogółem: 71.08 g; Tłuszcz: 49.29 g;<br>Kw. tł. nasy.: 23.77 g; Węglowodany ogółem: 337.87 g; W tym cukry: 73.98 g;<br>Błonnik pok.: 22.00 g; Sól: 6.95 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Wartość energetyczna: 2069.97 kcal;<br>Białko ogółem: 70.39 g; Tłuszcz: 55.48 g;<br>Kw. tł. nasy.: 29.55 g; Węglowodany ogółem: 336.43 g; W tym cukry: 80.10 g;<br>Błonnik pok.: 25.95 g; Sól: 7.81 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Wartość energetyczna: 2056.34 kcal;<br>Białko ogółem: 72.87 g; Tłuszcz: 49.17 g;<br>Kw. tł. nasy.: 25.33 g; Węglowodany ogółem: 341.84 g; W tym cukry: 80.48 g;<br>Błonnik pok.: 21.98 g; Sól: 7.12 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Wartość energetyczna: 2178.35 kcal;<br>Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 74.56 g;<br>Kw. tł. nasy.: 34.05 g; Węglowodany ogółem: 296.08 g; W tym cukry: 34.68 g;<br>Błonnik pok.: 41.09 g; Sól: 9.30 g;                                                                                                                                                                                                                                                                           |



Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

|                   |           | KAW- CH Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | KAW- CH Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | KAW- STO Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | KAW- STO Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | KAW- STO Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-07-30 wtorek | Śniadanie | Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Rzodkiew biała 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Rzodkiew biała 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Mleko 200 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Rzodkiew biała 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                           |
|                   | II ŚN     | Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                    |
|                   | Obiad     | Jarzynowa z zacierką * 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> )<br>Filet z kurczaka gotowany 80 g<br>Sos pietruszkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 160 g<br>Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                       | Jarzynowa z zacierką * 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> )<br>Filet z kurczaka gotowany 80 g<br>Sos pietruszkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 160 g<br>Marchew gotowana z olejem* 100 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                               | Jarzynowa z zacierką * 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> )<br>Filet z kurczaka gotowany 80 g<br>Sos pietruszkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 180 g<br>Surówka wielowarzywna z olejem b/c 120 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                       | Jarzynowa z zacierką * 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> )<br>Filet z kurczaka gotowany 80 g<br>Sos pietruszkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 180 g<br>Marchew gotowana z olejem* 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                               | Jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Filet z kurczaka gotowany 80 g<br>Sos pietruszkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 180 g<br>Surówka wielowarzywna z olejem b/c 120 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                      |
|                   | PD        | Arbuz 200 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|                   | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Sałatka wiosenna 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                              | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Sałatka zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml               | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Sałatka wiosenna 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                              | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Sałatka zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml               | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Sałatka wiosenna 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml |
| PN                |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab gotowany 30 g                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|                   |           | Wartość energetyczna: 2025.68 kcal; Białko ogółem: 89.41 g; Tłuszcz: 51.70 g; Kw. tł. nasy.: 24.46 g; Węglowodany ogółem: 312.93 g; W tym cukry: 94.24 g; Błonnik pok.: 23.96 g; Sól: 8.40 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Wartość energetyczna: 2019.75 kcal; Białko ogółem: 89.19 g; Tłuszcz: 49.95 g; Kw. tł. nasy.: 24.33 g; Węglowodany ogółem: 313.86 g; W tym cukry: 94.13 g; Błonnik pok.: 20.45 g; Sól: 7.99 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Wartość energetyczna: 1923.00 kcal; Białko ogółem: 87.19 g; Tłuszcz: 52.17 g; Kw. tł. nasy.: 24.32 g; Węglowodany ogółem: 288.27 g; W tym cukry: 61.27 g; Błonnik pok.: 24.45 g; Sól: 8.72 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Wartość energetyczna: 1915.58 kcal; Białko ogółem: 86.81 g; Tłuszcz: 50.27 g; Kw. tł. nasy.: 24.17 g; Węglowodany ogółem: 289.39 g; W tym cukry: 61.34 g; Błonnik pok.: 21.10 g; Sól: 8.27 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Wartość energetyczna: 1908.21 kcal; Białko ogółem: 101.20 g; Tłuszcz: 63.77 g; Kw. tł. nasy.: 30.12 g; Węglowodany ogółem: 248.70 g; W tym cukry: 27.84 g; Błonnik pok.: 35.49 g; Sól: 9.13 g;                                                                                                                                                                                                                 |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

|                  |           | KAW- CH Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | KAW- CH Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | KAW- STO Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | KAW- STO Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | KAW- STO Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|------------------|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-07-31 środa | Śniadanie | Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Ser żółty 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g                          | Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g                                                                                                     | Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Ser żółty 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g                          | Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Serek a'la homogenizowany z ziołami 70 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g                                                                                                     | Mleko 200 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser żółty 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                            |
|                  | II śN     | Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Schab Maryny- wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> )                                                                                                                                                                                        |
|                  | Obiad     | Kapuśniak z kapusty młodej * 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u> )<br>Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Kasza gryczana 160 g<br>Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                          | Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 160 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                 | Kapuśniak z kapusty młodej * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u> )<br>Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Kasza gryczana 180 g<br>Surówka z marchwi z olejem b/c 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                          | Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Surówka z marchwi z olejem b/c 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                 | Kapuśniak z kapusty młodej * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u> )<br>Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Kasza gryczana 180 g<br>Surówka z marchwi z olejem b/c 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                  |
|                  | PD        | Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|                  | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Paprykarz szczeciński 50 g ( <u>RYB, SOJ.</u> )<br>Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Ogórek świeży 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )<br>Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Paprykarz szczeciński 70 g ( <u>RYB, SOJ.</u> )<br>Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Ogórek świeży 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )<br>Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Paprykarz szczeciński 70 g ( <u>RYB, SOJ.</u> )<br>Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Ogórek świeży 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml |
|                  | PN        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ.</u> )                                                                                                                                                                                                                    |
|                  |           | Wartość energetyczna: 2424.49 kcal;<br>Białko ogółem: 87.55 g; Tłuszcz: 74.55 g;<br>Kw. tł. nasy.: 32.68 g; Węglowodany ogółem: 364.02 g; W tym cukry: 107.37 g;<br>Błonnik pok.: 25.73 g; Sól: 8.65 g;                                                                                                                                                                                                                                          | Wartość energetyczna: 2235.58 kcal;<br>Białko ogółem: 82.19 g; Tłuszcz: 53.85 g;<br>Kw. tł. nasy.: 26.27 g; Węglowodany ogółem: 365.50 g; W tym cukry: 104.89 g;<br>Błonnik pok.: 21.68 g; Sól: 7.72 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Wartość energetyczna: 2399.08 kcal;<br>Białko ogółem: 95.80 g; Tłuszcz: 82.56 g;<br>Kw. tł. nasy.: 34.55 g; Węglowodany ogółem: 332.73 g; W tym cukry: 65.41 g;<br>Błonnik pok.: 28.78 g; Sól: 9.32 g;                                                                                                                                                                                                                                           | Wartość energetyczna: 2173.02 kcal;<br>Białko ogółem: 90.51 g; Tłuszcz: 57.66 g;<br>Kw. tł. nasy.: 27.94 g; Węglowodany ogółem: 334.01 g; W tym cukry: 62.48 g;<br>Błonnik pok.: 24.24 g; Sól: 8.01 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Wartość energetyczna: 2357.94 kcal;<br>Białko ogółem: 101.11 g; Tłuszcz: 86.12 g;<br>Kw. tł. nasy.: 36.47 g; Węglowodany ogółem: 314.74 g; W tym cukry: 48.71 g;<br>Błonnik pok.: 39.48 g; Sól: 11.08 g;                                                                                                                                                                                 |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

|                     |           | KAW- CH Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | KAW- CH Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | KAW- STO Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | KAW- STO Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | KAW- STO Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|---------------------|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-08-01 czwartek | Śniadanie | Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Serek Fromage 50 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> )<br>Szynkówka- wieprzowa, średnio rozdrobniona, parzona, wędzona 30 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Serek Fromage 70 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynkówka- wieprzowa, średnio rozdrobniona, parzona, wędzona 30 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g | Mleko 200 ml ( <u>MLE,</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Serek Fromage 70 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml |
|                     | II ŚN     | Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Twaróg półtłusty 50 g ( <u>MLE,</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|                     | Obiad     | Szpinakowa z ziemniakami * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Sos boloński z mięsa wieprz łop* 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Sałata zielona z rzodkiewką i jogurtem 60 g ( <u>MLE,</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                | Szpinakowa z ziemniakami * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Sos boloński z mięsa wieprz łop* 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                                                               | Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Sos boloński z mięsa wieprz łop* 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Sałata zielona z rzodkiewką i jogurtem 60 g ( <u>MLE,</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                | Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Sos boloński z mięsa wieprz łop* 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                                                               | Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Szynka wieprzowa gotowana 80 g<br>Sos pomidorowy 80 ml ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Sałata zielona z rzodkiewką i jogurtem 60 g ( <u>MLE,</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                              |
|                     | PD        | Banan 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|                     | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Paszтет z fasoli* 50 g ( <u>JAJ,</u> )<br>Papryka świeża 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                                                                                            | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Szynka szkolna- wp. parzona 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                                                                                                 | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Paszтет z fasoli* 70 g ( <u>JAJ,</u> )<br>Papryka świeża 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                                                                                            | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Szynka szkolna- wp. parzona 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                                                                                                 | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Paszтет z fasoli* 70 g ( <u>JAJ,</u> )<br>Papryka świeża 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                                            |
|                     | PN        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> )<br>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ,</u> )                                                                                                                                                                                                      |
|                     |           | Wartość energetyczna: 2567.11 kcal;<br>Białko ogółem: 84.77 g; Tłuszcz: 81.37 g;<br>Kw. tł. nasy.: 39.19 g; Węglowodany ogółem: 385.00 g; W tym cukry: 87.68 g;<br>Błonnik pok.: 27.26 g; Sól: 6.77 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Wartość energetyczna: 2330.57 kcal;<br>Białko ogółem: 84.37 g; Tłuszcz: 61.13 g;<br>Kw. tł. nasy.: 26.45 g; Węglowodany ogółem: 367.91 g; W tym cukry: 81.19 g;<br>Błonnik pok.: 18.93 g; Sól: 7.94 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Wartość energetyczna: 2442.36 kcal;<br>Białko ogółem: 86.95 g; Tłuszcz: 85.64 g;<br>Kw. tł. nasy.: 44.29 g; Węglowodany ogółem: 342.04 g; W tym cukry: 64.45 g;<br>Błonnik pok.: 26.18 g; Sól: 6.71 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Wartość energetyczna: 2080.01 kcal;<br>Białko ogółem: 82.54 g; Tłuszcz: 56.01 g;<br>Kw. tł. nasy.: 26.02 g; Węglowodany ogółem: 318.05 g; W tym cukry: 57.04 g;<br>Błonnik pok.: 16.30 g; Sól: 7.75 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Wartość energetyczna: 2373.76 kcal;<br>Białko ogółem: 107.75 g; Tłuszcz: 92.39 g;<br>Kw. tł. nasy.: 48.71 g; Węglowodany ogółem: 291.76 g; W tym cukry: 37.60 g;<br>Błonnik pok.: 40.43 g; Sól: 9.63 g;                                                                                                                                                                                                |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

|                   |           | KAW- CH Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | KAW- CH Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | KAW- STO Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | KAW- STO Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | KAW- STO Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-------------------|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-08-02 piątek | Śniadanie | Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Twarożek 70 g ( <u>MLE,</u> )<br>Dżem 30 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g                                          | Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Twarożek 70 g ( <u>MLE,</u> )<br>Dżem 30 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g                 | Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Twarożek 70 g ( <u>MLE,</u> )<br>Dżem 30 g<br>Brzoskwinia 1 szt 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g                                      | Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Twarożek 70 g ( <u>MLE,</u> )<br>Dżem 30 g<br>Jabłko 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g                        | Mleko 200 ml ( <u>MLE,</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Twarożek 70 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> )<br>Brzoskwinia 1 szt 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml |
|                   | II ŚN     | Brzoskwinia 1 szt 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Jabłko 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Pasztecik sojowy z pomidorami 50 g ( <u>SOJ, GOR,</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|                   | Obiad     | Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 300 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u> )<br>Ryba smażona (Brama) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: SKO, MCK,</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 160 g<br>Surówka z kapusty młodej z olejem 100 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                     | Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 300 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u> )<br>Ryba pieczona (Brama) 80 g ( <u>RYB, może zawierać: SKO, MCK,</u> )<br>Sos ziołowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 160 g<br>Warzywa po grecku* 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                        | Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u> )<br>Ryba smażona (Brama) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: SKO, MCK,</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 180 g<br>Surówka z kapusty młodej z olejem 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                     | Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u> )<br>Ryba pieczona (Brama) 80 g ( <u>RYB, może zawierać: SKO, MCK,</u> )<br>Sos ziołowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 180 g<br>Warzywa po grecku* 120 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                        | Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u> )<br>Ryba pieczona (Brama) 80 g ( <u>RYB, może zawierać: SKO, MCK,</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 180 g<br>Sos ziołowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Surówka z kapusty młodej z olejem 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                          |
|                   | PD        | Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml ( <u>MLE,</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml ( <u>MLE,</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|                   | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> )<br>Ogórek kwaszony małosolny 50 g ( <u>GOR,</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> )<br>Ogórek kwaszony małosolny 50 g ( <u>GOR,</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> )<br>Ogórek kwaszony małosolny 50 g ( <u>GOR,</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                               |
|                   | PN        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g ( <u>SOJ, MLE, GLU OW,</u> )                                                                                                                                                                                      |
|                   |           | Wartość energetyczna: 2375.18 kcal;<br>Białko ogółem: 94.81 g; Tłuszcz: 73.52 g;<br>Kw. tł. nasy.: 30.04 g; Węglowodany ogółem: 342.18 g; W tym cukry: 99.51 g;<br>Błonnik pok.: 22.92 g; Sól: 7.07 g;                                                                                                                                                                                                 | Wartość energetyczna: 2239.62 kcal;<br>Białko ogółem: 91.24 g; Tłuszcz: 59.01 g;<br>Kw. tł. nasy.: 28.85 g; Węglowodany ogółem: 344.96 g; W tym cukry: 109.02 g;<br>Błonnik pok.: 21.32 g; Sól: 5.90 g;                                                                                                                                                              | Wartość energetyczna: 2318.20 kcal;<br>Białko ogółem: 93.52 g; Tłuszcz: 72.86 g;<br>Kw. tł. nasy.: 28.82 g; Węglowodany ogółem: 331.52 g; W tym cukry: 79.93 g;<br>Błonnik pok.: 24.43 g; Sól: 7.16 g;                                                                                                                                                                                                 | Wartość energetyczna: 2180.64 kcal;<br>Białko ogółem: 89.96 g; Tłuszcz: 57.78 g;<br>Kw. tł. nasy.: 27.60 g; Węglowodany ogółem: 335.07 g; W tym cukry: 89.63 g;<br>Błonnik pok.: 22.89 g; Sól: 6.00 g;                                                                                                                                                               | Wartość energetyczna: 2212.17 kcal;<br>Białko ogółem: 102.63 g; Tłuszcz: 79.02 g;<br>Kw. tł. nasy.: 32.47 g; Węglowodany ogółem: 287.62 g; W tym cukry: 54.00 g;<br>Błonnik pok.: 36.74 g; Sól: 9.21 g;                                                                                                                                                                                                      |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

|                   |           | KAW- CH Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | KAW- CH Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | KAW- STO Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | KAW- STO Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | KAW- STO Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-08-03 sobota | Śniadanie | Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Ser żółty 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ketchup 30 g ( <u>SEL.</u> )<br>Ogórek świeży 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g                                                                                                                  | Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g ( <u>SOJ.</u> , <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g                                                                                | Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 120 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Ketchup 30 g ( <u>SEL.</u> )<br>Ogórek świeży 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g                                                                                                                                                   | Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g ( <u>SOJ.</u> , <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml<br>Cukier 30 g                                                                                | Mleko 200 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g ( <u>SOJ.</u> , <u>MLE.</u> )<br>Ser żółty 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ogórek świeży 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                                                                                      |
|                   | II ŚN     | Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Twaróg półtłusty 50 g ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|                   | Obiad     | Koperkowa z ziemniakami * 300 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u> )<br>Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Ryż na sypko z kurkumą 160 g<br>Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Koperkowa z ziemniakami * 300 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u> )<br>Potrawka drobiowa 150 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SEL.</u> )<br>Ryż na sypko z kurkumą 160 g<br>Buraczki gotowane 100 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Koperkowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u> )<br>Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Ryż na sypko z kurkumą 180 g<br>Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Koperkowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u> )<br>Potrawka drobiowa 150 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>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</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u> )<br>Pulpet drobiowy 80 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SEL.</u> )<br>Ryż na sypko (brązowy) 180 g<br>Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 120 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                      |
|                   | PD        | Jabłko 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Jabłko 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|                   | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g ( <u>SOJ.</u> , <u>może zawierać:</u> <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ.</u> , <u>OZI</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>SEZ.</u> )<br>Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ.</u> , <u>MLE.</u> )<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g ( <u>SOJ.</u> , <u>może zawierać:</u> <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ.</u> , <u>OZI</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>SEZ.</u> )<br>Szynka szkolna- wp. parzona 30 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE.</u> )<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g ( <u>SOJ.</u> , <u>może zawierać:</u> <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ.</u> , <u>OZI</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>SEZ.</u> )<br>Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ.</u> , <u>MLE.</u> )<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g ( <u>SOJ.</u> , <u>może zawierać:</u> <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ.</u> , <u>OZI</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>SEZ.</u> )<br>Szynka szkolna- wp. parzona 30 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE.</u> )<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g ( <u>SOJ.</u> , <u>może zawierać:</u> <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ.</u> , <u>OZI</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>SEZ.</u> )<br>Szynka szkolna- wp. parzona 30 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE.</u> )<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml |
|                   | PN        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|                   |           | Wartość energetyczna: 2290.26 kcal;<br>Białko ogółem: 78.20 g; Tłuszcz: 79.70 g;<br>Kw. tł. nasy.: 35.42 g; Węglowodany ogółem: 323.82 g; W tym cukry: 72.73 g;<br>Błonnik pok.: 25.48 g; Sól: 9.63 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Wartość energetyczna: 2009.93 kcal;<br>Białko ogółem: 78.08 g; Tłuszcz: 48.63 g;<br>Kw. tł. nasy.: 23.13 g; Węglowodany ogółem: 326.11 g; W tym cukry: 72.92 g;<br>Błonnik pok.: 22.08 g; Sól: 8.29 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Wartość energetyczna: 2426.38 kcal;<br>Białko ogółem: 82.54 g; Tłuszcz: 89.79 g;<br>Kw. tł. nasy.: 37.30 g; Węglowodany ogółem: 329.49 g; W tym cukry: 65.13 g;<br>Błonnik pok.: 25.29 g; Sól: 11.08 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Wartość energetyczna: 2006.60 kcal;<br>Białko ogółem: 78.05 g; Tłuszcz: 47.70 g;<br>Kw. tł. nasy.: 24.21 g; Węglowodany ogółem: 326.88 g; W tym cukry: 64.53 g;<br>Błonnik pok.: 21.07 g; Sól: 8.41 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Wartość energetyczna: 2148.43 kcal;<br>Białko ogółem: 91.52 g; Tłuszcz: 75.76 g;<br>Kw. tł. nasy.: 34.95 g; Węglowodany ogółem: 292.03 g; W tym cukry: 39.45 g;<br>Błonnik pok.: 40.11 g; Sól: 8.28 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

|                      |           | KAW- CH Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | KAW- CH Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | KAW- STO Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | KAW- STO Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | KAW- STO Cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|----------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-08-04 niedziela | Śniadanie | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Rzodkiew biała 50 g<br>Kakao z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Cukier 30 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Kakao z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Cukier 30 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Rzodkiew biała 50 g<br>Kakao z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Cukier 30 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Kakao z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Cukier 30 g | Mleko 200 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Rzodkiew biała 50 g |
|                      | II ŚN     | Banan 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Hummus 30 g ( <u>SEZ.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|                      | Obiad     | Pomidorowa z makaronem * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Kotlet schabowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 160 g<br>Mizeria 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                                               | Pomidorowa z makaronem * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Schab pieczony 80 g<br>Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 160 g<br>Fasolka szparagowa z wody* 100 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                      | Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Kotlet schabowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 180 g<br>Mizeria 120 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                                               | Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Schab pieczony 80 g<br>Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 180 g<br>Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 120 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                | Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Schab pieczony 80 g<br>Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane 180 g<br>Mizeria 120 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml                                                                                                                           |
|                      | PD        | Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|                      | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek a'la homogenizowany 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek a'la homogenizowany 70 g ( <u>MLE.</u> )<br>Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek a'la homogenizowany 70 g ( <u>MLE.</u> )<br>Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml                                                                                                        |
|                      | PN        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser żółty 30 g ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                    |
|                      |           | Wartość energetyczna: 2172.94 kcal;<br>Białko ogółem: 76.48 g; Tłuszcz: 61.47 g;<br>Kw. tł. nasy.: 27.12 g; Węglowodany ogółem: 337.02 g; W tym cukry: 114.79 g;<br>Błonnik pok.: 21.57 g; Sól: 7.45 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Wartość energetyczna: 2065.11 kcal;<br>Białko ogółem: 84.74 g; Tłuszcz: 48.80 g;<br>Kw. tł. nasy.: 25.87 g; Węglowodany ogółem: 329.79 g; W tym cukry: 114.50 g;<br>Błonnik pok.: 18.53 g; Sól: 7.40 g;                                                                                                                                                                                                                                                                  | Wartość energetyczna: 1965.75 kcal;<br>Białko ogółem: 80.39 g; Tłuszcz: 62.75 g;<br>Kw. tł. nasy.: 27.73 g; Węglowodany ogółem: 277.46 g; W tym cukry: 58.34 g;<br>Błonnik pok.: 20.04 g; Sól: 7.64 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Wartość energetyczna: 1910.65 kcal;<br>Białko ogółem: 87.76 g; Tłuszcz: 55.90 g;<br>Kw. tł. nasy.: 26.66 g; Węglowodany ogółem: 272.01 g; W tym cukry: 60.49 g;<br>Błonnik pok.: 18.83 g; Sól: 7.64 g;                                                                                                                                                                                                                                                                   | Wartość energetyczna: 2051.49 kcal;<br>Białko ogółem: 95.35 g; Tłuszcz: 72.74 g;<br>Kw. tł. nasy.: 36.00 g; Węglowodany ogółem: 268.71 g; W tym cukry: 46.23 g;<br>Błonnik pok.: 31.44 g; Sól: 8.74 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,