

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwostrawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2024-04-15 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Ogórek kiszony 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g	Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g	Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Ogórek kiszony 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Ogórek kiszony 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.)	
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Naleśniki z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 250 g (GLU PSZ.) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE.) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Fasolowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 250 g (GLU PSZ.) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 150 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Fasolowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Naleśniki z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml
	PD			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g (SEL.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Ser żółty 50 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 5 g Ser żółty 30 g (MLE.)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt
		Wartość energetyczna: 2495.54 kcal; Białko ogółem: 98.28 g; Tłuszcz: 66.24 g; Kw. tł. nasy.: 20.59 g; Węglowodany ogółem: 395.94 g; W tym cukry: 116.50 g; Błonnik pok.: 28.63 g; Sól: 8.70 g;	Wartość energetyczna: 2209.17 kcal; Białko ogółem: 86.53 g; Tłuszcz: 52.55 g; Kw. tł. nasy.: 18.41 g; Węglowodany ogółem: 362.83 g; W tym cukry: 99.38 g; Błonnik pok.: 21.17 g; Sól: 6.60 g;	Wartość energetyczna: 2642.12 kcal; Białko ogółem: 120.39 g; Tłuszcz: 82.00 g; Kw. tł. nasy.: 19.63 g; Węglowodany ogółem: 380.61 g; W tym cukry: 46.40 g; Błonnik pok.: 56.96 g; Sól: 11.51 g;	Wartość energetyczna: 2641.46 kcal; Białko ogółem: 105.15 g; Tłuszcz: 79.77 g; Kw. tł. nasy.: 30.49 g; Węglowodany ogółem: 395.01 g; W tym cukry: 116.50 g; Błonnik pok.: 28.63 g; Sól: 8.43 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwostrawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2024-04-16 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g	Zacierka na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g	Zacierka na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Zacierka na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Hummus z ciecierzycy 100 g Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Hummus z ciecierzycy 50 g	
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos meksykański 150 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (GLU JĘCZ.) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 150 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (GLU JĘCZ.) Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos meksykański 150 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (GLU JĘCZ.) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jaglane z soczewicą* 350 g (SEL.) Sos meksykański 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml
	PD			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Twarożek z koperkiem 100 g (MLE.) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Twarożek z koperkiem 100 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 100 g (MLE.) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Twarożek z koperkiem 100 g (MLE.) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml
	PN	Chałka 80 g (GLU PSZ, JAJ.)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	Chałka 80 g (GLU PSZ, JAJ.)
		Wartość energetyczna: 2513.85 kcal; Białko ogółem: 113.28 g; Tłuszcz: 57.77 g; Kw. tł. nasy.: 18.92 g; Węglowodany ogółem: 405.46 g; W tym cukry: 66.06 g; Błonnik pok.: 40.41 g; Sól: 7.78 g;	Wartość energetyczna: 2459.38 kcal; Białko ogółem: 113.41 g; Tłuszcz: 51.55 g; Kw. tł. nasy.: 18.25 g; Węglowodany ogółem: 400.27 g; W tym cukry: 74.49 g; Błonnik pok.: 27.39 g; Sól: 6.78 g;	Wartość energetyczna: 2446.93 kcal; Białko ogółem: 126.60 g; Tłuszcz: 54.63 g; Kw. tł. nasy.: 15.34 g; Węglowodany ogółem: 388.17 g; W tym cukry: 55.03 g; Błonnik pok.: 56.38 g; Sól: 8.87 g;	Wartość energetyczna: 2514.25 kcal; Białko ogółem: 90.27 g; Tłuszcz: 56.13 g; Kw. tł. nasy.: 16.07 g; Węglowodany ogółem: 428.22 g; W tym cukry: 79.79 g; Błonnik pok.: 37.86 g; Sól: 6.51 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwostrawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2024-04-17 środa	Śniadanie	kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g	kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Dżem 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g	kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Serek a`la homogenizowany z ziołami 100 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Ser żółty 30 g (MLE.)	
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane 250 g Sos pietruszkowy* 150 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka wykwintna z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane 250 g Sos pietruszkowy* 150 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew gotowana z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane 250 g Sos pietruszkowy* 150 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka wykwintna z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pierogi ukraińskie * 300 g (GLU PSZ, MLE.) Surówka wykwintna z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml
	PD			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml
PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.) Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Twaróg półtusty 50 g (MLE.)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.) Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	
	Wartość energetyczna: 2386.32 kcal; Białko ogółem: 94.00 g; Tłuszcz: 76.16 g; Kw. tł. nasy.: 21.71 g; Węglowodany ogółem: 345.57 g; W tym cukry: 66.24 g; Błonnik pok.: 29.32 g; Sól: 9.28 g;	Wartość energetyczna: 2330.30 kcal; Białko ogółem: 94.62 g; Tłuszcz: 59.69 g; Kw. tł. nasy.: 20.46 g; Węglowodany ogółem: 367.90 g; W tym cukry: 85.23 g; Błonnik pok.: 28.02 g; Sól: 7.87 g;	Wartość energetyczna: 2448.99 kcal; Białko ogółem: 114.07 g; Tłuszcz: 74.79 g; Kw. tł. nasy.: 17.11 g; Węglowodany ogółem: 352.81 g; W tym cukry: 44.61 g; Błonnik pok.: 45.00 g; Sól: 9.94 g;	Wartość energetyczna: 2553.03 kcal; Białko ogółem: 94.78 g; Tłuszcz: 90.64 g; Kw. tł. nasy.: 32.81 g; Węglowodany ogółem: 353.21 g; W tym cukry: 70.84 g; Błonnik pok.: 27.76 g; Sól: 6.70 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwostrawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2024-04-18 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE.) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g	Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g	Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE.) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE.) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Filet z kurczaka gotowany 30 g	
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Fasolka po bretońsku 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ziemniaki gotowane 250 g Jabłko 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (SEL, GLU JĘCZ.) Sos pomidorowy 150 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (SEL, GLU JĘCZ.) Sos pomidorowy 150 ml (GLU PSZ.) Sałatka szwedzka z olejem b/c 200 g (GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Fasolka po bretońsku wegetariańska 300 g (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane 250 g Jabłko 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml
	PD			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa* 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (MLE, SEL.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (MLE, SEL.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Tofu 100 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa* 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
	Wartość energetyczna: 2341.62 kcal; Białko ogółem: 85.80 g; Tłuszcz: 62.23 g; Kw. tł. nasy.: 21.13 g; Węglowodany ogółem: 380.38 g; W tym cukry: 83.91 g; Błonnik pok.: 40.47 g; Sól: 8.87 g;	Wartość energetyczna: 2255.01 kcal; Białko ogółem: 94.23 g; Tłuszcz: 65.75 g; Kw. tł. nasy.: 19.72 g; Węglowodany ogółem: 337.25 g; W tym cukry: 74.70 g; Błonnik pok.: 29.22 g; Sól: 6.98 g;	Wartość energetyczna: 2335.77 kcal; Białko ogółem: 117.03 g; Tłuszcz: 64.89 g; Kw. tł. nasy.: 16.19 g; Węglowodany ogółem: 345.44 g; W tym cukry: 48.56 g; Błonnik pok.: 49.32 g; Sól: 10.72 g;	Wartość energetyczna: 2325.17 kcal; Białko ogółem: 88.03 g; Tłuszcz: 57.97 g; Kw. tł. nasy.: 18.16 g; Węglowodany ogółem: 384.07 g; W tym cukry: 84.14 g; Błonnik pok.: 41.81 g; Sól: 6.81 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwostrawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2024-04-19 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g	Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g	Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) 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>)	
	Obiad	Szpinakowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Pulpet rybno-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.</u>) Sos cytrynowy 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Szpinakowa z zacierką*(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Pulpet rybno-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.</u>) Sos cytrynowy 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Szpinakowa z zacierką*(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Pulpet rybno-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.</u>) Sos cytrynowy 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Szpinakowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Pulpet rybno-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.</u>) Sos cytrynowy 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml
	PD			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Dżem 20 g Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Dżem 20 g Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Dżem 20 g Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml
PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2281.44 kcal; Białko ogółem: 93.16 g; Tłuszcz: 60.95 g; Kw. tł. nasy.: 18.81 g; Węglowodany ogółem: 356.07 g; W tym cukry: 94.04 g; Błonnik pok.: 31.99 g; Sól: 6.60 g;	Wartość energetyczna: 2337.26 kcal; Białko ogółem: 93.92 g; Tłuszcz: 65.87 g; Kw. tł. nasy.: 18.94 g; Węglowodany ogółem: 357.10 g; W tym cukry: 93.29 g; Błonnik pok.: 29.46 g; Sól: 6.36 g;	Wartość energetyczna: 2299.06 kcal; Białko ogółem: 111.30 g; Tłuszcz: 59.06 g; Kw. tł. nasy.: 11.98 g; Węglowodany ogółem: 354.65 g; W tym cukry: 58.54 g; Błonnik pok.: 47.73 g; Sól: 8.19 g;	Wartość energetyczna: 2281.44 kcal; Białko ogółem: 93.16 g; Tłuszcz: 60.95 g; Kw. tł. nasy.: 18.81 g; Węglowodany ogółem: 356.07 g; W tym cukry: 94.04 g; Błonnik pok.: 31.99 g; Sól: 6.60 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwostrawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2024-04-20 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (SOJ. MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z młkiem/p b/c 350 ml (MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.) Cukier 15 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (SOJ. MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z młkiem/p b/c 350 ml (MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.) Cukier 15 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (SOJ. MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z młkiem/p b/c 350 ml (MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Ser żółty 50 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z młkiem/p b/c 350 ml (MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.) Cukier 15 g
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.)	
	Obiad	Koperkowa z ryżem * 400 ml (MLE. SEL.) Bigos 300 g (GLU PSZ. SEL. GOR.) Ziemniaki gotowane 250 g Jabłko 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Gulasz wieprzowy 200 g (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane 250 g Marchew gotowana z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml (MLE. SEL.) Gulasz wieprzowy 200 g (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane 250 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml (MLE. SEL.) Knedle ze śliwką* 300 g (GLU PSZ. JAJ.) Sos jogurtowy naturalny 150 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml
	PD			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Paszтет z soczewicy * 80 g (JAJ.) Ogórek kiszony 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 50 g (GLU PSZ. SOJ. MLE.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Paszтет z soczewicy * 80 g (JAJ.) Ogórek kiszony 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Paszтет z soczewicy * 80 g (JAJ.) Ogórek kiszony 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml
PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE. GOR.)	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.)	
	Wartość energetyczna: 2221.09 kcal; Białko ogółem: 74.30 g; Tłuszcz: 73.91 g; Kw. tł. nasy.: 23.16 g; Węglowodany ogółem: 329.60 g; W tym cukry: 54.74 g; Błonnik pok.: 31.93 g; Sól: 11.11 g;	Wartość energetyczna: 2095.55 kcal; Białko ogółem: 92.70 g; Tłuszcz: 65.87 g; Kw. tł. nasy.: 21.60 g; Węglowodany ogółem: 293.94 g; W tym cukry: 45.66 g; Błonnik pok.: 23.68 g; Sól: 8.15 g;	Wartość energetyczna: 2347.28 kcal; Białko ogółem: 114.27 g; Tłuszcz: 72.00 g; Kw. tł. nasy.: 17.74 g; Węglowodany ogółem: 332.64 g; W tym cukry: 33.62 g; Błonnik pok.: 47.07 g; Sól: 9.71 g;	Wartość energetyczna: 2308.01 kcal; Białko ogółem: 72.87 g; Tłuszcz: 86.27 g; Kw. tł. nasy.: 39.26 g; Węglowodany ogółem: 322.59 g; W tym cukry: 59.63 g; Błonnik pok.: 23.70 g; Sól: 7.72 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwostrawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2024-04-21 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno 20 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 350 ml (MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.) Cukier 15 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Dymia z wody 100 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 350 ml (MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.) Cukier 15 g	Chleb razowy żytnio-pszenno 100 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 350 ml (MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno 20 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Hummus z ciecierzycy 100 g Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 350 ml (MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.) Cukier 15 g
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Hummus z ciecierzycy 50 g	
	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ. SEL.) Udka pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki gotowane 250 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ. SEL.) Udka gotowane bez skóry 1szt. 210 g Sos koperkowy * 150 ml (GLU PSZ. MLE.) Ziemniaki gotowane 250 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ. SEL.) Udka pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki gotowane 250 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ. SEL.) Kotlety sojowe panierowane 100 g (GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE.) Ziemniaki gotowane 250 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml
	PD			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno 20 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Ser żółty 50 g (MLE.) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z twarogu waniliowa 100 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno 100 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 50 g (MLE.) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno 20 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z twarogu waniliowa 100 g (MLE.) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ. JAJ. MLE. S02.)		Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ. JAJ. MLE. S02.)
		Wartość energetyczna: 2559.21 kcal; Białko ogółem: 121.60 g; Tłuszcz: 98.70 g; Kw. tł. nasy.: 34.44 g; Węglowodany ogółem: 309.75 g; W tym cukry: 50.41 g; Błonnik pok.: 28.33 g; Sól: 8.77 g;	Wartość energetyczna: 2509.55 kcal; Białko ogółem: 131.55 g; Tłuszcz: 80.13 g; Kw. tł. nasy.: 26.48 g; Węglowodany ogółem: 324.58 g; W tym cukry: 59.06 g; Błonnik pok.: 25.90 g; Sól: 8.15 g;	Wartość energetyczna: 2572.61 kcal; Białko ogółem: 136.03 g; Tłuszcz: 97.87 g; Kw. tł. nasy.: 29.04 g; Węglowodany ogółem: 307.98 g; W tym cukry: 39.92 g; Błonnik pok.: 43.15 g; Sól: 8.85 g;	Wartość energetyczna: 2324.95 kcal; Białko ogółem: 82.32 g; Tłuszcz: 69.16 g; Kw. tł. nasy.: 19.07 g; Węglowodany ogółem: 350.52 g; W tym cukry: 57.13 g; Błonnik pok.: 37.03 g; Sól: 6.02 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwostrawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2024-04-22, poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g	Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g	Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Serek Fromage 100 g (GLU PSZ, MLE.) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g	
	Obiad	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 250 g Sos jogurtowy z twarogiem z/c 150 g (MLE.) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 250 g Mus z jabłek prażonych z cynamonem 100 g Sos jogurtowy z twarogiem z/c 150 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 150 ml (GLU PSZ, MLE.) Ryż na sypko (brązowy) 250 g Surówka żydowska z olejem b/c () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 250 g Sos jogurtowy z twarogiem z/c 150 g (MLE.) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml
	PD			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Buraczki z jabłkiem b/c 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Buraczki z jabłkiem b/c 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Buraczki z jabłkiem b/c 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (SOJ.)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt
	Wartość energetyczna: 2387.98 kcal; Białko ogółem: 97.02 g; Tłuszcz: 58.09 g; Kw. tł. nasy.: 19.98 g; Węglowodany ogółem: 390.41 g; W tym cukry: 104.40 g; Błonnik pok.: 31.87 g; Sól: 6.83 g;	Wartość energetyczna: 2277.95 kcal; Białko ogółem: 91.50 g; Tłuszcz: 52.83 g; Kw. tł. nasy.: 19.57 g; Węglowodany ogółem: 374.83 g; W tym cukry: 107.73 g; Błonnik pok.: 20.32 g; Sól: 6.27 g;	Wartość energetyczna: 2562.63 kcal; Białko ogółem: 118.89 g; Tłuszcz: 76.28 g; Kw. tł. nasy.: 17.39 g; Węglowodany ogółem: 375.15 g; W tym cukry: 37.20 g; Błonnik pok.: 56.57 g; Sól: 10.42 g;	Wartość energetyczna: 2701.80 kcal; Białko ogółem: 100.69 g; Tłuszcz: 88.77 g; Kw. tł. nasy.: 45.02 g; Węglowodany ogółem: 392.33 g; W tym cukry: 106.50 g; Błonnik pok.: 31.87 g; Sól: 6.01 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwostrawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2024-04-23 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku/p 400 ml (GLU PSZ. MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g	Makaron na mleku/p 400 ml (GLU PSZ. MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g	Makaron na mleku/p 400 ml (GLU PSZ. MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Makaron na mleku/p 400 ml (GLU PSZ. MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Ser topiony 50 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Twaróg półtusty 50 g (MLE.)	
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszanej * 400 ml (GLU PSZ. SEL. GOR.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ. JAJ.) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (GLU JECZ.) Sos ziołowy* 150 ml (GLU PSZ. SEL.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ. SEL.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ. JAJ.) Sos ziołowy* 150 ml (GLU PSZ. SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (GLU JECZ.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Kapuśniak z kapusty kiszanej * 400 ml (GLU PSZ. SEL. GOR.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ. JAJ.) Sos ziołowy* 150 ml (GLU PSZ. SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (GLU JECZ.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ. SEL.) Kaszotto wegetariańskie z tofu * 300 g (GLU PSZ. SOJ. SEL.) Sos ziołowy* 150 ml (GLU PSZ. SEL.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml
	PD			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 100 g (RYB. SEL.) Ogórek kiszony 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (RYB. SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 100 g (RYB. SEL.) Ogórek kiszony 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszonego 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml
	PN	Banan 150 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 5 g Łopata zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.)	Banan 150 g
	Wartość energetyczna: 2684.82 kcal; Białko ogółem: 91.87 g; Tłuszcz: 95.01 g; Kw. tł. nasy.: 26.18 g; Węglowodany ogółem: 384.23 g; W tym cukry: 80.03 g; Błonnik pok.: 36.73 g; Sól: 11.66 g;	Wartość energetyczna: 2422.79 kcal; Białko ogółem: 101.21 g; Tłuszcz: 61.18 g; Kw. tł. nasy.: 19.34 g; Węglowodany ogółem: 382.88 g; W tym cukry: 76.84 g; Błonnik pok.: 31.16 g; Sól: 7.42 g;	Wartość energetyczna: 2707.75 kcal; Białko ogółem: 114.48 g; Tłuszcz: 94.50 g; Kw. tł. nasy.: 21.08 g; Węglowodany ogółem: 374.94 g; W tym cukry: 42.02 g; Błonnik pok.: 50.08 g; Sól: 12.75 g;	Wartość energetyczna: 2375.02 kcal; Białko ogółem: 68.83 g; Tłuszcz: 77.18 g; Kw. tł. nasy.: 23.03 g; Węglowodany ogółem: 360.18 g; W tym cukry: 83.08 g; Błonnik pok.: 47.59 g; Sól: 7.84 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwostrawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2024-04-24 środa	Śniadanie	Ryż na mleku/p 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 80 g (GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g	Ryż na mleku/p 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g	Ryż na mleku/p 400 ml (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Ryż na mleku/p 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z groszku zielonego b/ml 100 g Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Pasta z groszku zielonego b/ml 50 g	
	Obiad	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos bazyliowy* 150 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 250 g Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos bazyliowy* 150 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 250 g Dynia z wody 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos bazyliowy* 150 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 250 g Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 200 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 250 g Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml
	PD			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE.) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE.) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE.) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml
	PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)
		Wartość energetyczna: 2268.22 kcal; Białko ogółem: 99.05 g; Tłuszcz: 59.92 g; Kw. tł. nasy.: 20.15 g; Węglowodany ogółem: 345.60 g; W tym cukry: 73.47 g; Błonnik pok.: 27.05 g; Sól: 10.28 g;	Wartość energetyczna: 2149.15 kcal; Białko ogółem: 96.77 g; Tłuszcz: 44.82 g; Kw. tł. nasy.: 16.96 g; Węglowodany ogółem: 348.67 g; W tym cukry: 80.75 g; Błonnik pok.: 26.26 g; Sól: 7.30 g;	Wartość energetyczna: 2266.71 kcal; Białko ogółem: 111.80 g; Tłuszcz: 52.67 g; Kw. tł. nasy.: 13.81 g; Węglowodany ogółem: 359.00 g; W tym cukry: 52.25 g; Błonnik pok.: 44.67 g; Sól: 11.43 g;	Wartość energetyczna: 2240.13 kcal; Białko ogółem: 71.13 g; Tłuszcz: 57.69 g; Kw. tł. nasy.: 15.99 g; Węglowodany ogółem: 375.63 g; W tym cukry: 82.24 g; Błonnik pok.: 35.98 g; Sól: 9.45 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

	KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwostrawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska	
2024-04-25 czwartek	Śniadanie	kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (SOJ. MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g	kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (SOJ. MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g	kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (SOJ. MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Serek Fromage 100 g (GLU PSZ. MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g
		II ŚN		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Twarożek 50 g (MLE.)	
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 200 g (GLU PSZ. SEL.) Makaron pełnoziarnisty 250 g (GLU PSZ.) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez młaka) * 400 ml (GLU PSZ. SEL.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 200 g (GLU PSZ. SEL.) Makaron 250 g (GLU PSZ.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 200 g (GLU PSZ. SEL.) Makaron pełnoziarnisty 250 g (GLU PSZ.) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Makaron z warzywami i serem żółtym* 350 g (GLU PSZ. MLE.) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml
		PD		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Paszтет z ciecierzycy 80 g (JAJ.) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Łopatka z bójnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Paszтет z ciecierzycy 80 g (JAJ.) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Paszтет z ciecierzycy 80 g (JAJ.) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml
		PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez młeczna o zaw.80% tł 5 g Ser żółty 30 g (MLE.)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)
		Wartość energetyczna: 2501.05 kcal; Białko ogółem: 95.71 g; Tłuszcz: 81.21 g; Kw. tł. nasy.: 22.04 g; Węglowodany ogółem: 357.21 g; W tym cukry: 71.50 g; Błonnik pok.: 37.52 g; Sól: 8.08 g;	Wartość energetyczna: 2336.96 kcal; Białko ogółem: 100.92 g; Tłuszcz: 67.10 g; Kw. tł. nasy.: 19.73 g; Węglowodany ogółem: 344.36 g; W tym cukry: 65.43 g; Błonnik pok.: 25.22 g; Sól: 8.07 g;	Wartość energetyczna: 2655.32 kcal; Białko ogółem: 115.58 g; Tłuszcz: 86.10 g; Kw. tł. nasy.: 20.84 g; Węglowodany ogółem: 373.82 g; W tym cukry: 52.39 g; Błonnik pok.: 53.42 g; Sól: 8.78 g;	Wartość energetyczna: 2644.32 kcal; Białko ogółem: 79.92 g; Tłuszcz: 103.20 g; Kw. tł. nasy.: 46.05 g; Węglowodany ogółem: 362.32 g; W tym cukry: 72.24 g; Błonnik pok.: 32.91 g; Sól: 7.30 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwostrawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2024-04-26 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku/p 400 ml (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Twarożek 80 g (MLE.) Dżem 20 g Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g	Zacierka na mleku/p 400 ml (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Twarożek 80 g (MLE.) Dżem 20 g Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g	Zacierka na mleku/p 400 ml (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Twarożek 100 g (MLE.) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Zacierka na mleku/p 400 ml (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Twarożek 80 g (MLE.) Dżem 20 g Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Schab gotowany 30 g	
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (MLE. SEL.) Ryba smażona (Miruna) 100 g (GLU PSZ. JAJ. RYB.) Ziemniaki gotowane 250 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Kalafiorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB.) Ziemniaki gotowane 250 g Warzywa po grecku* 200 g (GLU PSZ. SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Kalafiorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB.) Sos majerankowy * 150 ml (GLU PSZ. SEL.) Ziemniaki gotowane 250 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (MLE. SEL.) Ryba smażona (Miruna) 100 g (GLU PSZ. JAJ. RYB.) Sos majerankowy * 150 ml (GLU PSZ. SEL.) Ziemniaki gotowane 250 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml
	PD			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z jaj 100 g (JAJ. MLE.) Papryka konserwowa 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z jaj 100 g (JAJ. MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj 100 g (JAJ. MLE.) Papryka konserwowa 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z jaj 100 g (JAJ. MLE.) Papryka konserwowa 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml
	PN	Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ. JAJ. MLE.)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 5 g Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.)	Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ. JAJ. MLE.)
		Wartość energetyczna: 2471.07 kcal; Białko ogółem: 99.34 g; Tłuszcz: 76.00 g; Kw. tł. nasy.: 19.58 g; Węglowodany ogółem: 361.08 g; W tym cukry: 66.34 g; Błonnik pok.: 29.61 g; Sól: 8.25 g;	Wartość energetyczna: 2326.35 kcal; Białko ogółem: 102.96 g; Tłuszcz: 57.03 g; Kw. tł. nasy.: 17.88 g; Węglowodany ogółem: 363.71 g; W tym cukry: 78.56 g; Błonnik pok.: 26.33 g; Sól: 6.10 g;	Wartość energetyczna: 2332.02 kcal; Białko ogółem: 123.42 g; Tłuszcz: 62.16 g; Kw. tł. nasy.: 16.09 g; Węglowodany ogółem: 342.27 g; W tym cukry: 49.01 g; Błonnik pok.: 45.05 g; Sól: 9.51 g;	Wartość energetyczna: 2505.26 kcal; Białko ogółem: 100.35 g; Tłuszcz: 76.13 g; Kw. tł. nasy.: 19.60 g; Węglowodany ogółem: 368.70 g; W tym cukry: 67.07 g; Błonnik pok.: 30.39 g; Sól: 8.43 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwostrawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2024-04-27 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno 20 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. OZI. MLE. SEL. GOR. SEZ.</u>) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 350 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Cukier 15 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. OZI. MLE. SEL. GOR. SEZ.</u>) Brzoskwinie w syropie 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 350 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Cukier 15 g	Chleb razowy żytnio-pszenno 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. OZI. MLE. SEL. GOR. SEZ.</u>) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 350 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno 20 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 350 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Cukier 15 g
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Gulasz z soczewicy i papryki () 200 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml
	PD			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno 20 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 120 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno 20 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Sałatka z brokułem, ciecierzycą, pestkami słonecznika i koperkiem 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 5 g Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt
		Wartość energetyczna: 2312.85 kcal; Białko ogółem: 80.64 g; Tłuszcz: 87.11 g; Kw. tł. nasy.: 26.62 g; Węglowodany ogółem: 317.98 g; W tym cukry: 62.76 g; Błonnik pok.: 34.58 g; Sól: 11.15 g;	Wartość energetyczna: 2025.94 kcal; Białko ogółem: 78.50 g; Tłuszcz: 47.49 g; Kw. tł. nasy.: 15.08 g; Węglowodany ogółem: 334.51 g; W tym cukry: 75.43 g; Błonnik pok.: 23.64 g; Sól: 7.99 g;	Wartość energetyczna: 2179.22 kcal; Białko ogółem: 102.58 g; Tłuszcz: 66.99 g; Kw. tł. nasy.: 16.63 g; Węglowodany ogółem: 318.60 g; W tym cukry: 32.58 g; Błonnik pok.: 49.84 g; Sól: 10.11 g;	Wartość energetyczna: 2388.21 kcal; Białko ogółem: 71.83 g; Tłuszcz: 86.91 g; Kw. tł. nasy.: 26.47 g; Węglowodany ogółem: 351.44 g; W tym cukry: 63.01 g; Błonnik pok.: 42.49 g; Sól: 7.34 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwostrawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2024-04-28 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 350 ml (MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.) Cukier 15 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 350 ml (MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.) Cukier 15 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 350 ml (MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Hummus z ciecierzycy 100 g Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 350 ml (MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.) Cukier 15 g
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Hummus z ciecierzycy 50 g	
	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Schab gotowany 100 g Sos własny () 150 ml (GLU PSZ. SEL.) Ziemniaki gotowane 250 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Schab gotowany 100 g Sos własny () 150 ml (GLU PSZ. SEL.) Ziemniaki gotowane 250 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Schab gotowany 100 g Sos własny () 150 ml (GLU PSZ. SEL.) Ziemniaki gotowane 250 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Zapiekanek z ziemników i warzyw* 300 g (JAJ. MLE. SEL.) Sos pietruszkowy* 150 ml (GLU PSZ. MLE.) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml
	PD			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Ser żółty 50 g (MLE.) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Twarożek z ziołami 100 g (MLE.) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 50 g (MLE.) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Twarożek z ziołami 100 g (MLE.) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2094.00 kcal; Białko ogółem: 94.93 g; Tłuszcz: 59.85 g; Kw. tł. nasy.: 25.14 g; Węglowodany ogółem: 308.72 g; W tym cukry: 60.58 g; Błonnik pok.: 30.97 g; Sól: 7.98 g;	Wartość energetyczna: 2005.79 kcal; Białko ogółem: 102.69 g; Tłuszcz: 44.37 g; Kw. tł. nasy.: 17.66 g; Węglowodany ogółem: 304.35 g; W tym cukry: 54.52 g; Błonnik pok.: 21.02 g; Sól: 6.56 g;	Wartość energetyczna: 2261.42 kcal; Białko ogółem: 112.81 g; Tłuszcz: 63.42 g; Kw. tł. nasy.: 21.70 g; Węglowodany ogółem: 332.10 g; W tym cukry: 49.79 g; Błonnik pok.: 45.24 g; Sól: 9.10 g;	Wartość energetyczna: 2047.14 kcal; Białko ogółem: 68.96 g; Tłuszcz: 67.87 g; Kw. tł. nasy.: 21.78 g; Węglowodany ogółem: 301.44 g; W tym cukry: 68.18 g; Błonnik pok.: 32.09 g; Sól: 5.74 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,