

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

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwostrawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2024-07-22, poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) 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, parzony w ostrońce niejadalnej 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g	Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) 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, parzony w ostrońce niejadalnej 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g	Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w ostrońce niejadalnej 50 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) 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 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	Brokułowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane 250 g Surówka z pora i jabłka z koperkiem (z olejem) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane 250 g Marchew gotowana z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (SEL.) Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane 250 g Surówka z pora i jabłka z koperkiem (z olejem) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane 250 g Surówka z pora i jabłka z koperkiem (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-pszenny 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szprot w sosie pomidorowym 50 g (RYB, SEL.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Papryka świeża 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 Twaróg półtłusty 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Papryka świeża 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 Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Szprot w sosie pomidorowym 50 g (RYB, SEL.) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml
PN	Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 5 g Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.)	Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2175.77 kcal; Białko ogółem: 75.74 g; Tłuszcz: 66.22 g; Kw. tł. nasy.: 20.08 g; Węglowodany ogółem: 337.04 g; W tym cukry: 89.86 g; Błonnik pok.: 35.27 g; Sól: 8.88 g;	Wartość energetyczna: 2164.91 kcal; Białko ogółem: 78.44 g; Tłuszcz: 60.27 g; Kw. tł. nasy.: 19.25 g; Węglowodany ogółem: 343.54 g; W tym cukry: 95.26 g; Błonnik pok.: 31.95 g; Sól: 7.69 g;	Wartość energetyczna: 2274.49 kcal; Białko ogółem: 99.99 g; Tłuszcz: 68.45 g; Kw. tł. nasy.: 18.33 g; Węglowodany ogółem: 341.84 g; W tym cukry: 61.58 g; Błonnik pok.: 51.17 g; Sól: 10.54 g;	Wartość energetyczna: 2273.18 kcal; Białko ogółem: 83.67 g; Tłuszcz: 73.69 g; Kw. tł. nasy.: 27.55 g; Węglowodany ogółem: 337.84 g; W tym cukry: 89.86 g; Błonnik pok.: 35.27 g; Sól: 8.71 g;	

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

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwostrawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2024-07-23 wtorek	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 Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Ogórek świeży 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 mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Brzoskwinie w syropie 80 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 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 Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Ogórek świeży 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.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)	
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (GLU PSZ.) Sos szpinakowy* 150 ml (GLU PSZ.) Makaron pełnoziarnisty 250 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Solferino * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (GLU PSZ.) Sos szpinakowy* 150 ml (GLU PSZ.) Makaron 250 g (GLU PSZ.) Dynia z wody 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (GLU PSZ.) Sos szpinakowy* 150 ml (GLU PSZ.) Makaron pełnoziarnisty 250 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron ze szpinakiem i serem żółtym * 300 g (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej 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 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.) Surówka z marchwi i selera naciowego z olejem 100 g (SEL.) 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.) 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 smarowania 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.) Surówka z marchwi i selera naciowego z olejem 100 g (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 Serek Fromage 100 g (GLU PSZ, MLE.) Surówka z marchwi i selera naciowego z olejem 100 g (SEL.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml
	PN	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Twarożek 50 g (MLE.)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.) Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)
	Wartość energetyczna: 2546.24 kcal; Białko ogółem: 110.75 g; Tłuszcz: 85.32 g; Kw. tł. nasy.: 25.35 g; Węglowodany ogółem: 344.58 g; W tym cukry: 61.99 g; Błonnik pok.: 32.99 g; Sól: 8.90 g;	Wartość energetyczna: 2500.83 kcal; Białko ogółem: 108.45 g; Tłuszcz: 70.88 g; Kw. tł. nasy.: 22.68 g; Węglowodany ogółem: 365.36 g; W tym cukry: 77.95 g; Błonnik pok.: 22.14 g; Sól: 8.69 g;	Wartość energetyczna: 2487.47 kcal; Białko ogółem: 124.99 g; Tłuszcz: 73.96 g; Kw. tł. nasy.: 16.70 g; Węglowodany ogółem: 349.06 g; W tym cukry: 40.86 g; Błonnik pok.: 48.39 g; Sól: 9.15 g;	Wartość energetyczna: 2680.19 kcal; Białko ogółem: 89.46 g; Tłuszcz: 117.03 g; Kw. tł. nasy.: 53.88 g; Węglowodany ogółem: 330.51 g; W tym cukry: 62.39 g; Błonnik pok.: 27.86 g; Sól: 6.89 g;	

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

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwostrawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2024-07-24 środa	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 Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałata zielona 20 g Jabłko 150 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 Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jabłko 150 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 Konserwa sterylizowana sojowa z papryką 100 g (SOJ, GOR.) 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.) Filet z kurczaka gotowany 30 g	
	Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kotlet pożarski-drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki młode gotowane 250 g Mizeria 200 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Grycikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki młode gotowane 250 g Sos jarzynowy * 150 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki młode gotowane 250 g Sos jarzynowy * 150 ml (GLU PSZ, SEL.) Mizeria 200 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Placki ziemniaczane 300 g (GLU PSZ, JAJ.) Buraczki gotowane 200 g Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) 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 Ser żółty 50 g (MLE.) Sałatka wiosenna 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 Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE.) Sałatka wiosenna - diety 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE.) Sałatka wiosenna 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 Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE.) Sałatka wiosenna 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml
	PN	Chałka 50 g (GLU PSZ, JAJ.)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.)	Chałka 50 g (GLU PSZ, JAJ.)
	Wartość energetyczna: 2635.02 kcal; Białko ogółem: 102.66 g; Tłuszcz: 88.73 g; Kw. tł. nasy.: 28.26 g; Węglowodany ogółem: 373.01 g; W tym cukry: 62.56 g; Błonnik pok.: 31.39 g; Sól: 8.97 g;	Wartość energetyczna: 2378.87 kcal; Białko ogółem: 97.60 g; Tłuszcz: 69.02 g; Kw. tł. nasy.: 18.42 g; Węglowodany ogółem: 355.61 g; W tym cukry: 63.78 g; Błonnik pok.: 26.24 g; Sól: 7.40 g;	Wartość energetyczna: 2417.26 kcal; Białko ogółem: 121.77 g; Tłuszcz: 66.20 g; Kw. tł. nasy.: 14.04 g; Węglowodany ogółem: 358.02 g; W tym cukry: 55.39 g; Błonnik pok.: 46.45 g; Sól: 9.06 g;	Wartość energetyczna: 2729.67 kcal; Białko ogółem: 86.48 g; Tłuszcz: 105.09 g; Kw. tł. nasy.: 19.27 g; Węglowodany ogółem: 375.97 g; W tym cukry: 74.30 g; Błonnik pok.: 34.72 g; Sól: 6.66 g;	

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

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwostrawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2024-07-25 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g	Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g	Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 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.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Paszтет sojowy z pomidorami 50 g (<u>SOJ.</u> , <u>GOR.</u>)	
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Leczo z drobiem-dieta * 200 g Ryż na sypko (brązowy) 250 g Sałata zielona z jogurtem 80 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Ziemniaczana * 400 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u>) Leczo z drobiem-dieta * 200 g Ryż na sypko (brązowy) 250 g Sałata zielona z jogurtem 80 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SEL.</u>) Leczo z drobiem-dieta * 200 g Ryż na sypko (brązowy) 250 g Sałata zielona z jogurtem 80 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Leczo wegetariańskie z soczewicą* 200 g Ryż na sypko 250 g Sałata zielona z jogurtem 80 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml
	PD			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ.</u> , <u>może zawierać: GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>OZI.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>GOR.</u> , <u>SEZ.</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ.</u> , <u>może zawierać: GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>OZI.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>GOR.</u> , <u>SEZ.</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ.</u> , <u>może zawierać: GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>OZI.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>GOR.</u> , <u>SEZ.</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Paszтет z ciecierzycy * 100 g (<u>JAJ.</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml
PN	Banan 150 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	Banan 150 g	
	Wartość energetyczna: 2114.32 kcal; Białko ogółem: 76.55 g; Tłuszcz: 44.31 g; Kw. tł. nasy.: 12.70 g; Węglowodany ogółem: 364.60 g; W tym cukry: 78.62 g; Błonnik pok.: 32.90 g; Sól: 7.81 g;	Wartość energetyczna: 2135.40 kcal; Białko ogółem: 77.87 g; Tłuszcz: 42.81 g; Kw. tł. nasy.: 11.62 g; Węglowodany ogółem: 373.50 g; W tym cukry: 78.41 g; Błonnik pok.: 23.58 g; Sól: 7.58 g;	Wartość energetyczna: 2207.20 kcal; Białko ogółem: 94.30 g; Tłuszcz: 52.51 g; Kw. tł. nasy.: 10.49 g; Węglowodany ogółem: 357.86 g; W tym cukry: 38.18 g; Błonnik pok.: 46.99 g; Sól: 9.49 g;	Wartość energetyczna: 2422.47 kcal; Białko ogółem: 73.93 g; Tłuszcz: 68.92 g; Kw. tł. nasy.: 23.58 g; Węglowodany ogółem: 390.31 g; W tym cukry: 80.43 g; Błonnik pok.: 27.68 g; Sól: 6.76 g;	

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

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwostrawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2024-07-26 piątek	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.) 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 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 smarowania 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	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.) 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.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.)	
	Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pieczeń z ryby mielonej (Brama) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: SKO, MCK.) Sos pietruszkowy* 150 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki młode gotowane 250 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pieczeń z ryby mielonej (Brama) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: SKO, MCK.) Sos pietruszkowy* 150 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki młode gotowane 250 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* (bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Pieczeń z ryby mielonej (Brama) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: SKO, MCK.) Sos pietruszkowy* 150 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki młode gotowane 250 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pieczeń z ryby mielonej (Brama) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: SKO, MCK.) Sos pietruszkowy* 150 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki młode 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 (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 twarogu ze szczypiorkiem 100 g (MLE.) Arbuz 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 z koperkiem 100 g (MLE.) Arbuz 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (MLE.) Arbuz 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 Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (MLE.) Arbuz 150 g 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 Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw oslonce niejadalnej 30 g (SOJ.)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2215.48 kcal; Białko ogółem: 97.87 g; Tłuszcz: 58.64 g; Kw. tł. nasy.: 19.83 g; Węglowodany ogółem: 340.20 g; W tym cukry: 96.70 g; Błonnik pok.: 30.15 g; Sól: 6.92 g;	Wartość energetyczna: 2237.35 kcal; Białko ogółem: 102.36 g; Tłuszcz: 59.09 g; Kw. tł. nasy.: 19.82 g; Węglowodany ogółem: 336.96 g; W tym cukry: 89.05 g; Błonnik pok.: 23.45 g; Sól: 6.47 g;	Wartość energetyczna: 2293.23 kcal; Białko ogółem: 116.40 g; Tłuszcz: 59.03 g; Kw. tł. nasy.: 14.56 g; Węglowodany ogółem: 347.69 g; W tym cukry: 70.56 g; Błonnik pok.: 45.55 g; Sól: 8.60 g;	Wartość energetyczna: 2215.48 kcal; Białko ogółem: 97.87 g; Tłuszcz: 58.64 g; Kw. tł. nasy.: 19.83 g; Węglowodany ogółem: 340.20 g; W tym cukry: 96.70 g; Błonnik pok.: 30.15 g; Sól: 6.92 g;	

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

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwostrawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2024-07-27 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 Szyńka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ogórek świeży 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 Szyńka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Brzoskwinie w syropie 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szyńka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ogórek świeży 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 Ser żółty 50 g (MLE.) Ogórek świeży 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.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.)	
	Obiad	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 200 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (GLU JĘCZ.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (GLU JĘCZ.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (GLU JĘCZ.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Curry dyniowo-ziemniaczane z ciecierzycą 200 g Kasza jęczmienna/sypko 250 g (GLU JĘCZ.) Sałatka z buraczków i jabłka 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 Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (SEL.) 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 zbójnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (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 Paszтет sojowy z pomidorami 100 g (SOJ, GOR.) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (SEL.) 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)	Banan 150 g	
	Wartość energetyczna: 2452.53 kcal; Białko ogółem: 94.44 g; Tłuszcz: 78.85 g; Kw. tł. nasy.: 18.47 g; Węglowodany ogółem: 359.32 g; W tym cukry: 76.17 g; Błonnik pok.: 37.36 g; Sól: 8.28 g;	Wartość energetyczna: 2378.68 kcal; Białko ogółem: 92.93 g; Tłuszcz: 71.26 g; Kw. tł. nasy.: 19.81 g; Węglowodany ogółem: 356.17 g; W tym cukry: 89.46 g; Błonnik pok.: 30.22 g; Sól: 7.34 g;	Wartość energetyczna: 2526.48 kcal; Białko ogółem: 123.78 g; Tłuszcz: 80.87 g; Kw. tł. nasy.: 18.96 g; Węglowodany ogółem: 350.53 g; W tym cukry: 38.93 g; Błonnik pok.: 50.83 g; Sól: 8.76 g;	Wartość energetyczna: 2456.30 kcal; Białko ogółem: 64.91 g; Tłuszcz: 87.99 g; Kw. tł. nasy.: 25.05 g; Węglowodany ogółem: 365.93 g; W tym cukry: 81.97 g; Błonnik pok.: 43.07 g; Sól: 8.02 g;	

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

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwostrawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2024-07-28 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 Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Papryka świeża 100 g Sałata zielona 20 g Kakao/p b/c 350 ml (MLE.) Cukier 15 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 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	Chleb razowy żytnio-pszenno 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Papryka świeża 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 Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 20 g Kakao/p b/c 350 ml (MLE.) Cukier 15 g
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Ser żółty 30 g (MLE.)	
	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki młode gotowane 250 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki młode gotowane 250 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki młode gotowane 250 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kotlety sojowe panierowane 100 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Ziemniaki młode gotowane 250 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i 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-pszenno 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 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.) Bulka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (MLE.) Jabłko 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 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-pszenno 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 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 Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.)	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.)
	Wartość energetyczna: 2525.75 kcal; Białko ogółem: 128.15 g; Tłuszcz: 93.80 g; Kw. tł. nasy.: 28.23 g; Węglowodany ogółem: 306.37 g; W tym cukry: 62.15 g; Błonnik pok.: 29.61 g; Sól: 8.30 g;	Wartość energetyczna: 2447.83 kcal; Białko ogółem: 131.84 g; Tłuszcz: 83.40 g; Kw. tł. nasy.: 26.95 g; Węglowodany ogółem: 304.48 g; W tym cukry: 56.14 g; Błonnik pok.: 24.11 g; Sól: 8.10 g;	Wartość energetyczna: 2526.91 kcal; Białko ogółem: 144.01 g; Tłuszcz: 92.92 g; Kw. tł. nasy.: 25.78 g; Węglowodany ogółem: 303.57 g; W tym cukry: 51.34 g; Błonnik pok.: 44.22 g; Sól: 9.51 g;	Wartość energetyczna: 2309.77 kcal; Białko ogółem: 92.25 g; Tłuszcz: 75.80 g; Kw. tł. nasy.: 21.15 g; Węglowodany ogółem: 326.96 g; W tym cukry: 63.88 g; Błonnik pok.: 38.09 g; Sól: 6.40 g;	

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

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwostrawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2024-07-29 poniedziałek	Śniadanie	Kasza jaglana 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 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 jaglana na mleku/p 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 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 jaglana na mleku/p 400 ml (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 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 jaglana 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 Hummus 100 g (SEZ.) 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.) Hummus 50 g (SEZ.)	
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Ryż na sypko 250 g Sos jogurtowo-porczeczkowy* 100 g (MLE.) Jabłko 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ. SEL.) Ryż na sypko 250 g Sos jogurtowo-porczeczkowy* 100 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ. JAJ.) Sos majerankowy * 150 ml (GLU PSZ. SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 250 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Ryż na sypko 250 g Sos jogurtowo-porczeczkowy* 100 g (MLE.) 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 Ser żółty 50 g (MLE.) Ogórek świeży 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 Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE.) Dyńia z wody 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE.) Ogórek świeży 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.) Ogórek świeży 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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt
		Wartość energetyczna: 2145.06 kcal; Białko ogółem: 70.93 g; Tłuszcz: 54.55 g; Kw. tł. nasy.: 24.04 g; Węglowodany ogółem: 358.55 g; W tym cukry: 84.96 g; Błonnik pok.: 28.52 g; Sól: 7.51 g;	Wartość energetyczna: 2083.49 kcal; Białko ogółem: 72.97 g; Tłuszcz: 42.32 g; Kw. tł. nasy.: 16.56 g; Węglowodany ogółem: 363.75 g; W tym cukry: 89.27 g; Błonnik pok.: 25.86 g; Sól: 6.34 g;	Wartość energetyczna: 2522.66 kcal; Białko ogółem: 114.03 g; Tłuszcz: 70.80 g; Kw. tł. nasy.: 15.98 g; Węglowodany ogółem: 377.11 g; W tym cukry: 50.96 g; Błonnik pok.: 52.75 g; Sól: 9.39 g;	Wartość energetyczna: 2414.71 kcal; Białko ogółem: 71.83 g; Tłuszcz: 79.08 g; Kw. tł. nasy.: 25.89 g; Węglowodany ogółem: 366.85 g; W tym cukry: 84.58 g; Błonnik pok.: 28.52 g; Sól: 7.76 g;

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

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwostrawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2024-07-30 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) 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.) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g	Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) 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 jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 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	Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) 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.) 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.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.)	
	Obiad	Jarzynowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 150 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki młode gotowane 250 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki młode gotowane 250 g Sos pietruszkowy* 150 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew gotowana z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Jarzynowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 150 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki młode gotowane 250 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Jarzynowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Pierogi ukraińskie * 300 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 Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Sałatka wiosenna 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 Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Sałatka wiosenna - diety 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Sałatka wiosenna 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 kiszzonego 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 5 g Schab gotowany 30 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)
		Wartość energetyczna: 2098.54 kcal; Białko ogółem: 102.81 g; Tłuszcz: 60.94 g; Kw. tł. nasy.: 21.03 g; Węglowodany ogółem: 299.84 g; W tym cukry: 63.35 g; Błonnik pok.: 28.62 g; Sól: 9.10 g;	Wartość energetyczna: 2170.71 kcal; Białko ogółem: 103.58 g; Tłuszcz: 65.00 g; Kw. tł. nasy.: 21.23 g; Węglowodany ogółem: 307.22 g; W tym cukry: 68.47 g; Błonnik pok.: 26.39 g; Sól: 8.04 g;	Wartość energetyczna: 2160.36 kcal; Białko ogółem: 120.22 g; Tłuszcz: 57.14 g; Kw. tł. nasy.: 12.34 g; Węglowodany ogółem: 314.64 g; W tym cukry: 43.14 g; Błonnik pok.: 44.52 g; Sól: 10.00 g;	Wartość energetyczna: 2468.64 kcal; Białko ogółem: 86.57 g; Tłuszcz: 90.06 g; Kw. tł. nasy.: 31.96 g; Węglowodany ogółem: 340.43 g; W tym cukry: 63.58 g; Błonnik pok.: 34.16 g; Sól: 7.99 g;

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

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwostrawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2024-07-31 środa	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 z ziołami 100 g (MLE.) Jabłko 150 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 z ziołami 100 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek a`la homogenizowany z ziołami 100 g (MLE.) Jabłko 150 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 z ziołami 100 g (MLE.) 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.) Filet z kurczaka gotowany 30 g	
	Obiad	Kapuśniak z kapusty młodej * 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 150 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (GLU JECZ.) Surówka z marchwi z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 150 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (GLU JECZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Kapuśniak z kapusty młodej * 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 150 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (GLU JECZ.) Surówka z marchwi z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kaszotto jaglane z soczewicą* 350 g (SEL.) Sos jarzynowy* 150 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi 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 Paprykarz szczeciński 100 g (RYB, SOJ.) Sałata zielona 20 g Ogórek świeży 100 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 mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Sałata zielona 20 g Ogórek świeży 100 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 szczeciński 100 g (RYB, SOJ.) Ogórek świeży 100 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-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.)	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.)
		Wartość energetyczna: 2702.30 kcal; Białko ogółem: 105.01 g; Tłuszcz: 83.40 g; Kw. tł. nasy.: 23.56 g; Węglowodany ogółem: 401.26 g; W tym cukry: 73.26 g; Błonnik pok.: 38.81 g; Sól: 8.71 g;	Wartość energetyczna: 2561.73 kcal; Białko ogółem: 106.54 g; Tłuszcz: 68.86 g; Kw. tł. nasy.: 21.61 g; Węglowodany ogółem: 392.17 g; W tym cukry: 65.78 g; Błonnik pok.: 30.19 g; Sól: 7.86 g;	Wartość energetyczna: 2533.07 kcal; Białko ogółem: 123.95 g; Tłuszcz: 66.32 g; Kw. tł. nasy.: 18.53 g; Węglowodany ogółem: 386.29 g; W tym cukry: 62.32 g; Błonnik pok.: 52.86 g; Sól: 9.28 g;	Wartość energetyczna: 2404.31 kcal; Białko ogółem: 85.41 g; Tłuszcz: 64.21 g; Kw. tł. nasy.: 18.03 g; Węglowodany ogółem: 389.90 g; W tym cukry: 72.09 g; Błonnik pok.: 38.59 g; Sól: 8.20 g;

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

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwostrawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2024-08-01 czwartek	Śniadanie	Kasza manna 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 Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g	Kasza manna na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g	Kasza manna na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Kasza manna na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 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.) Twaróg półtusty 50 g (MLE.)	
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 250 g (GLU PSZ.) Sos boloński z mięsa wieprz top* 200 g (GLU PSZ, SEL.) Sałata zielona z rzodkiewką i jogurtem 80 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos boloński z mięsa wieprz top* 200 g (GLU PSZ, SEL.) Makaron 250 g (GLU PSZ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 250 g (GLU PSZ.) Sos boloński z mięsa wieprz top* 200 g (GLU PSZ, SEL.) Sałata zielona z rzodkiewką i jogurtem 80 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron wegetariański z ciecierzycą 300 g (GLU PSZ.) Sałata zielona z rzodkiewką i jogurtem 80 g (MLE.) 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 fasoli* 80 g (JAJ.) Papryka świeża 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 Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Marchew gotowana 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paszтет z fasoli* 80 g (JAJ.) Papryka świeża 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 fasoli* 80 g (JAJ.) Papryka świeża 100 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 Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.)	Banan 150 g
		Wartość energetyczna: 2395.65 kcal; Białko ogółem: 91.78 g; Tłuszcz: 63.22 g; Kw. tł. nasy.: 18.70 g; Węglowodany ogółem: 378.58 g; W tym cukry: 86.54 g; Błonnik pok.: 38.66 g; Sól: 6.28 g;	Wartość energetyczna: 2295.35 kcal; Białko ogółem: 93.21 g; Tłuszcz: 54.34 g; Kw. tł. nasy.: 16.76 g; Węglowodany ogółem: 368.84 g; W tym cukry: 79.75 g; Błonnik pok.: 24.60 g; Sól: 7.40 g;	Wartość energetyczna: 2444.92 kcal; Białko ogółem: 112.94 g; Tłuszcz: 66.33 g; Kw. tł. nasy.: 14.87 g; Węglowodany ogółem: 369.39 g; W tym cukry: 48.53 g; Błonnik pok.: 52.01 g; Sól: 7.28 g;	Wartość energetyczna: 2420.91 kcal; Białko ogółem: 73.68 g; Tłuszcz: 78.59 g; Kw. tł. nasy.: 40.13 g; Węglowodany ogółem: 368.07 g; W tym cukry: 82.56 g; Błonnik pok.: 31.77 g; Sól: 5.66 g;

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

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwostrawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2024-08-02 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Dżem 20 g Brzoskwinia 1 szt 1 szt Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g	Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Dżem 20 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g	Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Brzoskwinia 1 szt 1 szt Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Dżem 20 g Brzoskwinia 1 szt 1 szt 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.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ.</u>)	
	Obiad	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (<u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>GLU JECZ.</u>) Ryba smażona (Brama) 100 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>RYB.</u> , może zawierać: <u>SKO.</u> , <u>MCK.</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Surówka z kapusty młodej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL.</u> , <u>GLU JECZ.</u>) Ryba pieczona (Brama) 100 g (<u>RYB.</u> , może zawierać: <u>SKO.</u> , <u>MCK.</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (<u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>GLU JECZ.</u>) Ryba pieczona (Brama) 100 g (<u>RYB.</u> , może zawierać: <u>SKO.</u> , <u>MCK.</u>) Sos ziołowy* 150 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Surówka z kapusty młodej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (<u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>GLU JECZ.</u>) Ryba smażona (Brama) 100 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>RYB.</u> , może zawierać: <u>SKO.</u> , <u>MCK.</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Surówka z kapusty młodej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml
	PD			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>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	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 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	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>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
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (<u>SOJ.</u> , <u>MLE.</u> , <u>GLU OW.</u>)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt
		Wartość energetyczna: 2390.33 kcal; Białko ogółem: 99.03 g; Tłuszcz: 73.39 g; Kw. tł. nasy.: 20.60 g; Węglowodany ogółem: 347.53 g; W tym cukry: 86.67 g; Błonnik pok.: 29.65 g; Sól: 6.12 g;	Wartość energetyczna: 2301.41 kcal; Białko ogółem: 102.30 g; Tłuszcz: 61.36 g; Kw. tł. nasy.: 19.72 g; Węglowodany ogółem: 348.15 g; W tym cukry: 95.51 g; Błonnik pok.: 26.46 g; Sól: 5.75 g;	Wartość energetyczna: 2312.78 kcal; Białko ogółem: 121.55 g; Tłuszcz: 61.77 g; Kw. tł. nasy.: 16.33 g; Węglowodany ogółem: 339.71 g; W tym cukry: 52.36 g; Błonnik pok.: 45.12 g; Sól: 7.87 g;	Wartość energetyczna: 2390.33 kcal; Białko ogółem: 99.03 g; Tłuszcz: 73.39 g; Kw. tł. nasy.: 20.60 g; Węglowodany ogółem: 347.53 g; W tym cukry: 86.67 g; Błonnik pok.: 29.65 g; Sól: 6.12 g;

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

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwostrawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2024-08-03 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 Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 120 g (SOJ.) Ketchup 20 g (SEL.) Ogórek świeży 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.) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 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	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek świeży 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 Ser żółty 50 g (MLE.) Ogórek świeży 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.) Ser żółty 30 g (MLE.)	
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 200 g (SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 250 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ. SEL.) Potrawka drobiowa 200 g (GLU PSZ. SEL.) Ryż na sypko z kurkumą 250 g Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 200 g (SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 250 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Ryż na sypko z kurkumą 250 g Gulasz sojowy z warzywami * 200 g (GLU PSZ. SOJ. SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i 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-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.) Bulka 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.) Brzoskwinie w syropie 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 smarowania 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 Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml
	PN	Bulka 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)	Bulka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ. JAJ. MLE.)
		Wartość energetyczna: 2324.54 kcal; Białko ogółem: 71.34 g; Tłuszcz: 82.75 g; Kw. tł. nasy.: 25.26 g; Węglowodany ogółem: 332.29 g; W tym cukry: 47.09 g; Błonnik pok.: 33.54 g; Sól: 9.94 g;	Wartość energetyczna: 2079.25 kcal; Białko ogółem: 78.07 g; Tłuszcz: 41.01 g; Kw. tł. nasy.: 13.72 g; Węglowodany ogółem: 361.82 g; W tym cukry: 64.33 g; Błonnik pok.: 23.18 g; Sól: 7.59 g;	Wartość energetyczna: 2108.80 kcal; Białko ogółem: 86.79 g; Tłuszcz: 61.98 g; Kw. tł. nasy.: 15.42 g; Węglowodany ogółem: 321.12 g; W tym cukry: 32.41 g; Błonnik pok.: 48.80 g; Sól: 9.21 g;	Wartość energetyczna: 2340.33 kcal; Białko ogółem: 93.26 g; Tłuszcz: 63.65 g; Kw. tł. nasy.: 22.96 g; Węglowodany ogółem: 358.30 g; W tym cukry: 39.03 g; Błonnik pok.: 37.61 g; Sól: 7.32 g;

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

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwostrawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2024-08-04 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 Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 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 Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Pomidor 50 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 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 100 g (SEZ.) 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 50 g (SEZ.)	
	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ. JAJ.) Ziemniaki młode gotowane 250 g Mizeria 200 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ. SEL.) Schab gotowany 100 g Sos własny () 150 ml (GLU PSZ. SEL.) Ziemniaki młode gotowane 250 g Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ. SEL.) Schab gotowany 100 g Sos własny () 150 ml (GLU PSZ. SEL.) Ziemniaki młode gotowane 250 g Mizeria 200 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Ziemniaki młode gotowane 250 g Jajko sadzone kl M 2 szt (JAJ. MLE.) Mizeria 200 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 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 Serek a'la homogenizowany 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 smarowania 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	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 Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
	Wartość energetyczna: 2183.95 kcal; Białko ogółem: 80.57 g; Tłuszcz: 76.77 g; Kw. tł. nasy.: 29.07 g; Węglowodany ogółem: 305.93 g; W tym cukry: 71.30 g; Błonnik pok.: 25.06 g; Sól: 7.97 g;	Wartość energetyczna: 1984.51 kcal; Białko ogółem: 97.19 g; Tłuszcz: 48.31 g; Kw. tł. nasy.: 19.43 g; Węglowodany ogółem: 302.61 g; W tym cukry: 73.03 g; Błonnik pok.: 23.42 g; Sól: 6.52 g;	Wartość energetyczna: 2182.80 kcal; Białko ogółem: 111.96 g; Tłuszcz: 62.68 g; Kw. tł. nasy.: 18.82 g; Węglowodany ogółem: 310.11 g; W tym cukry: 48.59 g; Błonnik pok.: 39.38 g; Sól: 8.68 g;	Wartość energetyczna: 2210.60 kcal; Białko ogółem: 73.99 g; Tłuszcz: 83.83 g; Kw. tł. nasy.: 27.51 g; Węglowodany ogółem: 298.58 g; W tym cukry: 74.80 g; Błonnik pok.: 23.68 g; Sól: 7.34 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,