Jadłospisy za okres od dnia 2026-09-14 do dnia 2026-09-27 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		q KAW- IPiN D01 Podstawowa	q KAW- IPiN D02 Łatwostrawna	KAW- IPiN D03 Z ogr.łatwo.przysw.węglowodanów	q KAW- IPiN D07 Bogatobiałkowa	q KAW- IPiN D01/WE Wegetariańska
2026-09-14 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Ser żółty 30 g (***MLE,***) Pomidor 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Ser mozzarella kulki 60 g (***MLE,***) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor b/skórki 75 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Płatki pszenne 20 g (***GLU PSZ,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Ser żółty 30 g (***MLE,***) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 75 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Ser żółty 30 g (***MLE,***) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 75 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z groszku zielonego b/ml 60 g Ser żółty 30 g (***MLE,***) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 75 g
	II ŚN			Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pasta z groszku zielonego b/ml 30 g Słupki z marchewki 30 g		
	Obiad	Brokułowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 180 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 180 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem brązowym* 400 ml (***MLE, SEL,***) Gulasz warzywny z tofu dieta* 180 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 180 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab gotowany 30 g Sałata zielona 5 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab gotowany 30 g Sałata zielona 10 g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Pasztet rybny z warzywami (morszczuk) () 60 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Papryka świeża 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Pasztet rybny z warzywami (morszczuk) () 60 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Pomidor b/skórki 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Pasztet rybny z warzywami (morszczuk) () 60 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Papryka świeża 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Pasztet rybny z warzywami (morszczuk) () 60 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Papryka świeża 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Hummus z ciecierzycy 60 g Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Papryka świeża 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Jabłko 1 szt 1 szt Bułka maślana 50g 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Dżem 25 g 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Bułka maślana 50g 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Dżem 25 g 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata zielona 5 g		Jabłko 1 szt 1 szt Bułka maślana 50g 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Dżem 25 g 1 szt
		Wartość energetyczna: 2411.97 kcal; Białko ogółem: 97.86 g; Tłuszcz: 70.20 g; Kw. tł. nasy.: 20.59 g; Węglowodany ogółem: 383.30 g; W tym cukry: 72.24 g; Błonnik pok.: 43.12 g; Sód: 3482.50 mg;	Wartość energetyczna: 2481.64 kcal; Białko ogółem: 102.35 g; Tłuszcz: 71.89 g; Kw. tł. nasy.: 22.25 g; Węglowodany ogółem: 378.74 g; W tym cukry: 71.36 g; Błonnik pok.: 32.43 g; Sód: 3497.16 mg;	Wartość energetyczna: 2517.38 kcal; Białko ogółem: 111.40 g; Tłuszcz: 83.26 g; Kw. tł. nasy.: 23.20 g; Węglowodany ogółem: 387.76 g; W tym cukry: 37.75 g; Błonnik pok.: 59.69 g; Sód: 4052.29 mg;	Wartość energetyczna: 2674.74 kcal; Białko ogółem: 117.20 g; Tłuszcz: 85.62 g; Kw. tł. nasy.: 24.64 g; Węglowodany ogółem: 406.05 g; W tym cukry: 52.37 g; Błonnik pok.: 52.33 g; Sód: 4456.64 mg;	Wartość energetyczna: 2417.01 kcal; Białko ogółem: 81.62 g; Tłuszcz: 78.31 g; Kw. tł. nasy.: 20.62 g; Węglowodany ogółem: 383.38 g; W tym cukry: 73.47 g; Błonnik pok.: 46.66 g; Sód: 3156.24 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-09-14 do dnia 2026-09-27 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		q KAW- IPiN D01 Podstawowa	q KAW- IPiN D02 Łatwostrawna	KAW- IPiN D03 Z ogr.łatwo.przysw.węglowodanów	q KAW- IPiN D07 Bogatobiałkowa	q KAW- IPiN D01/WE Wegetariańska
2026-09-15 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (***SOJ,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Ogórek świeży 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (***SOJ,***) Pomidor b/skórki 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Płatki owsiane 20 g (***GLU OW,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (***SOJ,***) Ogórek świeży 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (***SOJ,***) Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Ogórek świeży 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasztet sojowy z pomidorami 60 g (***SOJ, GOR,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Ogórek świeży 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasztet sojowy z pomidorami 30 g (***SOJ, GOR,***) Sałata zielona 5 g		
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, S02,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Dynia duszona z marchewką z olejem* 150 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, S02,***) Kasza gryczana 180 g Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, S02,***) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Dynia duszona z marchewką z olejem* 150 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, S02,***) Makaron z warzywami i serem żółtym* 300 g (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Słupki z marchewki 50 g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (***może zawierać: MLE, GOR,***) Twarożek z natką pietruszki 60 g (***MLE,***) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (***może zawierać: MLE, GOR,***) Twarożek z natką pietruszki 60 g (***MLE,***) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (***może zawierać: MLE, GOR,***) Twarożek z natką pietruszki 60 g (***MLE,***) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (***może zawierać: MLE, GOR,***) Twarożek z natką pietruszki 60 g (***MLE,***) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z groszku zielonego b/ml 60 g Twarożek z natką pietruszki 60 g (***MLE,***) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Musli domowe 20 g (***GLU OW,***)	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Wafle ryżowe 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab gotowany 30 g Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab gotowany 30 g Sałata zielona 5 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Musli domowe 20 g (***GLU OW,***)
		Wartość energetyczna: 2376.61 kcal; Białko ogółem: 115.76 g; Tłuszcz: 71.61 g; Kw. tł. nasy.: 21.03 g; Węglowodany ogółem: 342.37 g; W tym cukry: 35.59 g; Błonnik pok.: 31.01 g; Sód: 3328.63 mg;	Wartość energetyczna: 2538.31 kcal; Białko ogółem: 121.38 g; Tłuszcz: 70.60 g; Kw. tł. nasy.: 21.02 g; Węglowodany ogółem: 367.72 g; W tym cukry: 41.52 g; Błonnik pok.: 25.01 g; Sód: 3217.00 mg;	Wartość energetyczna: 2572.49 kcal; Białko ogółem: 126.44 g; Tłuszcz: 91.75 g; Kw. tł. nasy.: 21.95 g; Węglowodany ogółem: 359.15 g; W tym cukry: 48.48 g; Błonnik pok.: 48.74 g; Sód: 3678.93 mg;	Wartość energetyczna: 2803.71 kcal; Białko ogółem: 137.40 g; Tłuszcz: 95.79 g; Kw. tł. nasy.: 25.21 g; Węglowodany ogółem: 379.41 g; W tym cukry: 46.57 g; Błonnik pok.: 36.47 g; Sód: 4072.89 mg;	Wartość energetyczna: 2418.98 kcal; Białko ogółem: 88.38 g; Tłuszcz: 83.89 g; Kw. tł. nasy.: 21.59 g; Węglowodany ogółem: 358.54 g; W tym cukry: 40.19 g; Błonnik pok.: 36.75 g; Sód: 2889.17 mg;

		q KAW- IPiN D01 Podstawowa	q KAW- IPiN D02 Łatwostrawna	KAW- IPiN D03 Z ogr.łatwo.przysw.węglowodanów	q KAW- IPiN D07 Bogatobiałkowa	q KAW- IPiN D01/WE Wegetariańska
2026-09-16 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Pomidor 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Pomidor b/skórki 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Maślanka naturalna 0,33l 1 szt (***MLE,***) Płatki owsiane 20 g (***GLU OW,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Pomidor 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Pomidor 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Dżem 25 g 1 szt Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Pomidor 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pasta z fasoli konserwowej i natki pietruszki 30 g		
	Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ziemniaki gotowane 180 g Sos jarzynowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki gotowane b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kotlet z cieciorki i pieczarek 120 g (***GLU PSZ,***) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki gotowane b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata zielona 5 g		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Serek homo. naturalny 60 g (***MLE,***) Pasta marchewkowo-pomidorowa 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Serek homo. naturalny 60 g (***MLE,***) Pasta marchewkowo-pomidorowa 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Serek homo. naturalny 60 g (***MLE,***) Pasta marchewkowo-pomidorowa 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Serek homo. naturalny 60 g (***MLE,***) Pasta marchewkowo-pomidorowa 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Serek homo. naturalny 60 g (***MLE,***) Ser żółty 30 g (***MLE,***) Pasta marchewkowo-pomidorowa 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Wafle ryżowe 30 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 30 g (***MLE,***) Sałata zielona 5 g	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Wafle ryżowe 30 g	
		Wartość energetyczna: 2409.68 kcal; Białko ogółem: 114.93 g; Tłuszcz: 64.12 g; Kw. tł. nasy.: 17.45 g; Węglowodany ogółem: 375.96 g; W tym cukry: 69.81 g; Błonnik pok.: 36.25 g; Sód: 3275.75 mg;	Wartość energetyczna: 2407.84 kcal; Białko ogółem: 114.01 g; Tłuszcz: 59.40 g; Kw. tł. nasy.: 17.30 g; Węglowodany ogółem: 374.01 g; W tym cukry: 67.61 g; Błonnik pok.: 25.22 g; Sód: 3228.24 mg;	Wartość energetyczna: 2682.87 kcal; Białko ogółem: 134.14 g; Tłuszcz: 85.16 g; Kw. tł. nasy.: 24.54 g; Węglowodany ogółem: 398.44 g; W tym cukry: 51.53 g; Błonnik pok.: 51.21 g; Sód: 3979.42 mg;	Wartość energetyczna: 2722.97 kcal; Białko ogółem: 127.65 g; Tłuszcz: 73.96 g; Kw. tł. nasy.: 19.25 g; Węglowodany ogółem: 424.60 g; W tym cukry: 70.41 g; Błonnik pok.: 41.78 g; Sód: 3818.65 mg;	Wartość energetyczna: 2667.53 kcal; Białko ogółem: 100.37 g; Tłuszcz: 85.63 g; Kw. tł. nasy.: 22.66 g; Węglowodany ogółem: 411.35 g; W tym cukry: 79.82 g; Błonnik pok.: 44.13 g; Sód: 2825.39 mg;

		q KAW- IPiN D01 Podstawowa	q KAW- IPiN D02 Łatwostrawna	KAW- IPiN D03 Z ogr.łatwo.przysw.węglowodanów	q KAW- IPiN D07 Bogatobiałkowa	q KAW- IPiN D01/WE Wegetariańska
2026-09-17 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Ogórek świeży 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Pomidor b/skórki 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Płatki żytnie 20 g (***GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Ogórek świeży 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Ogórek świeży 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasztet sojowy z pomidorami 60 g (***SOJ, GOR,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Ogórek świeży 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Słupki z marchewki 30 g Hummus 30 g (***SEZ,***)		
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Ryż na sypko 180 g Leczo z drobiem-dieta * 180 g Surówka z marchwi i selera z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Leczo z drobiem-dieta * 180 g Ryż na sypko 180 g Surówka z marchwi i selera z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Leczo z drobiem-dieta * 180 g Surówka z marchwi i selera z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Leczo z drobiem-dieta * 180 g Ryż na sypko 180 g Surówka z marchwi i selera z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Leczo wegetariańskie z soczewicą* 180 g Ryż na sypko 180 g Surówka z marchwi i selera z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab gotowany 30 g Sałata zielona 5 g		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (***może zawierać: MLE, GOR,***) Sałata zielona 5 g Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (***może zawierać: MLE, GOR,***) Sałata zielona 5 g Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (***może zawierać: MLE, GOR,***) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (***MLE, SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy pszenno-żytni 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (***może zawierać: MLE, GOR,***) Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (***MLE, SEL,***) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z tofu i buraka 60 g (***SOJ,***) Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (***MLE, SEL,***) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Jabłko pieczone 150 g Herbatniki Be Be 16g 2 szt (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ,***) Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***)		Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata zielona 5 g	Jabłko pieczone 150 g Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Herbatniki Be Be 16g 2 szt (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ,***)	Jabłko pieczone 150 g Herbatniki Be Be 16g 2 szt (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ,***) Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2306.47 kcal; Białko ogółem: 79.11 g; Tłuszcz: 62.40 g; Kw. tł. nasy.: 19.82 g; Węglowodany ogółem: 384.50 g; W tym cukry: 64.83 g; Błonnik pok.: 36.49 g; Sód: 3046.97 mg;	Wartość energetyczna: 2362.78 kcal; Białko ogółem: 82.14 g; Tłuszcz: 62.19 g; Kw. tł. nasy.: 19.06 g; Węglowodany ogółem: 383.84 g; W tym cukry: 64.46 g; Błonnik pok.: 28.30 g; Sód: 2952.64 mg;	Wartość energetyczna: 2288.98 kcal; Białko ogółem: 86.06 g; Tłuszcz: 76.78 g; Kw. tł. nasy.: 17.84 g; Węglowodany ogółem: 361.14 g; W tym cukry: 35.62 g; Błonnik pok.: 53.94 g; Sód: 3498.98 mg;	Wartość energetyczna: 2642.20 kcal; Białko ogółem: 96.14 g; Tłuszcz: 78.76 g; Kw. tł. nasy.: 22.80 g; Węglowodany ogółem: 413.21 g; W tym cukry: 66.56 g; Błonnik pok.: 36.95 g; Sód: 3647.41 mg;	Wartość energetyczna: 2511.73 kcal; Białko ogółem: 68.79 g; Tłuszcz: 85.89 g; Kw. tł. nasy.: 20.82 g; Węglowodany ogółem: 397.11 g; W tym cukry: 67.10 g; Błonnik pok.: 38.77 g; Sód: 3003.85 mg;

		q KAW- IPiN D01 Podstawowa	q KAW- IPiN D02 Łatwostrawna	KAW- IPiN D03 Z ogr.łatwo.przysw.węglowodanów	q KAW- IPiN D07 Bogatobiałkowa	q KAW- IPiN D01/WE Wegetariańska
2026-09-18 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (***JAJ, MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Pomidor 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor b/skórki 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Płatki jęczmienne 20 g (***GLU JĘCZ,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (***JAJ, MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Pomidor 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Ser żółty 30 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pasta z brokuła * 30 g Filet z kurczaka gotowany 30 g		
	Obiad	Dyniowa z makaronem* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 120 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 120 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z makaronem pełnoziarnistym* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 120 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 120 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pierogi z truskawkami * 200 g (***GLU PSZ,***) Sos jogurtowy naturalny 80 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab gotowany 30 g Sałata zielona 5 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Słupki z marchewki 50 g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (***MLE,***) Miód (25g) 1 szt Pasta z brokuła * 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (***MLE,***) Miód (25g) 1 szt Pasta z brokuła * 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Miód (25g) 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (***MLE,***) Pasta z brokuła * 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Miód (25g) 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (***MLE,***) Pasta z brokuła * 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Hummus 60 g (***SEZ,***) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (***MLE,***) Pasta z brokuła * 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Pasztet sojowy z pomidorami 30 g (***SOJ, GOR,***) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Pasztet sojowy z pomidorami 30 g (***SOJ, GOR,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Sałata zielona 5 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Pasztet sojowy z pomidorami 30 g (***SOJ, GOR,***) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	
		Wartość energetyczna: 2373.85 kcal; Białko ogółem: 100.48 g; Tłuszcz: 69.57 g; Kw. tł. nasy.: 15.87 g; Węglowodany ogółem: 367.24 g; W tym cukry: 62.66 g; Błonnik pok.: 36.44 g; Sód: 3600.28 mg;	Wartość energetyczna: 2416.00 kcal; Białko ogółem: 104.68 g; Tłuszcz: 69.57 g; Kw. tł. nasy.: 15.76 g; Węglowodany ogółem: 359.12 g; W tym cukry: 54.74 g; Błonnik pok.: 24.71 g; Sód: 3450.35 mg;	Wartość energetyczna: 2539.08 kcal; Białko ogółem: 124.10 g; Tłuszcz: 79.12 g; Kw. tł. nasy.: 18.01 g; Węglowodany ogółem: 385.46 g; W tym cukry: 51.57 g; Błonnik pok.: 51.19 g; Sód: 4156.42 mg;	Wartość energetyczna: 2641.44 kcal; Białko ogółem: 118.59 g; Tłuszcz: 75.63 g; Kw. tł. nasy.: 17.57 g; Węglowodany ogółem: 405.00 g; W tym cukry: 71.20 g; Błonnik pok.: 41.51 g; Sód: 3992.09 mg;	Wartość energetyczna: 2581.96 kcal; Białko ogółem: 90.05 g; Tłuszcz: 92.82 g; Kw. tł. nasy.: 23.98 g; Węglowodany ogółem: 372.79 g; W tym cukry: 48.79 g; Błonnik pok.: 32.54 g; Sód: 3384.07 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-09-14 do dnia 2026-09-27 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		q KAW- IPiN D01 Podstawowa	q KAW- IPiN D02 Łatwostrawna	KAW- IPiN D03 Z ogr.łatwo.przysw.węglowodanów	q KAW- IPiN D07 Bogatobiałkowa	q KAW- IPiN D01/WE Wegetariańska
2026-09-19 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pasta z fasoli konserwowej i natki pietruszki 60 g Ogórek kiszony 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Twarożek z koperkiem 60 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Płatki owsiane 20 g (***GLU OW,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pasta z fasoli konserwowej i natki pietruszki 60 g Ogórek kiszony 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Twarożek z koperkiem 60 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twarożek z koperkiem 60 g (***MLE,***) Pasta z fasoli konserwowej i natki pietruszki 60 g Ogórek kiszony 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet z kurczaka gotowany 30 g Sałata zielona 5 g	Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Słupki z marchewki 50 g	
	Obiad	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Bitka schabowa duszona 100 g (***GLU PSZ,***) Sos bazyliowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Bitka schabowa duszona 100 g (***GLU PSZ,***) Sos bazyliowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Sos bazyliowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bitka schabowa duszona 100 g (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Bitka schabowa duszona 100 g (***GLU PSZ,***) Sos bazyliowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Curry dyniowe z ciecierzycą * 180 g (***SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Jabłko 150 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Jabłko 150 g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszonego 60 g Pomidor 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor b/skórki 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 150 g (***GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszonego 60 g Pomidor 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszonego 60 g Pomidor 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszonego 60 g Pomidor 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN	Banan 150 g Krakersy 30 g (***GLU PSZ, JAJ, GLU JĘCZ,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***)	Banan 150 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Krakersy 30 g (***GLU PSZ, JAJ, GLU JĘCZ,***)	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Sałata zielona 5 g	Banan 150 g Krakersy 30 g (***GLU PSZ, JAJ, GLU JĘCZ,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***)	Banan 150 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Krakersy 30 g (***GLU PSZ, JAJ, GLU JĘCZ,***)
		Wartość energetyczna: 2702.04 kcal; Białko ogółem: 110.65 g; Tłuszcz: 85.57 g; Kw. tł. nasy.: 19.02 g; Węglowodany ogółem: 405.56 g; W tym cukry: 69.38 g; Błonnik pok.: 41.20 g; Sód: 4151.43 mg;	Wartość energetyczna: 2633.09 kcal; Białko ogółem: 113.01 g; Tłuszcz: 80.04 g; Kw. tł. nasy.: 21.25 g; Węglowodany ogółem: 386.66 g; W tym cukry: 85.24 g; Błonnik pok.: 29.18 g; Sód: 3249.65 mg;	Wartość energetyczna: 2713.30 kcal; Białko ogółem: 120.07 g; Tłuszcz: 93.51 g; Kw. tł. nasy.: 20.72 g; Węglowodany ogółem: 385.34 g; W tym cukry: 52.62 g; Błonnik pok.: 46.92 g; Sód: 4443.72 mg;	Wartość energetyczna: 3004.38 kcal; Białko ogółem: 138.28 g; Tłuszcz: 93.06 g; Kw. tł. nasy.: 22.93 g; Węglowodany ogółem: 441.54 g; W tym cukry: 88.47 g; Błonnik pok.: 46.32 g; Sód: 4325.51 mg;	Wartość energetyczna: 2587.68 kcal; Białko ogółem: 87.31 g; Tłuszcz: 77.07 g; Kw. tł. nasy.: 18.94 g; Węglowodany ogółem: 419.63 g; W tym cukry: 78.37 g; Błonnik pok.: 47.79 g; Sód: 3566.56 mg;

		q KAW- IPiN D01 Podstawowa	q KAW- IPiN D02 Łatwostrawna	KAW- IPiN D03 Z ogr.łatwo.przysw.węglowodanów	q KAW- IPiN D07 Bogatobiałkowa	q KAW- IPiN D01/WE Wegetariańska
2026-09-20 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Papryka świeża 75 g Sałata zielona 5 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Pomidor b/skórki 75 g Sałata zielona 5 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***)	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Płatki żytnie 20 g (***GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Papryka świeża 75 g Sałata zielona 5 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Papryka świeża 75 g Sałata zielona 5 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Dżem 25 g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Papryka świeża 75 g Sałata zielona 5 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***)
	II ŚN			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pasta z groszku zielonego b/ml 30 g	Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pasta z groszku zielonego b/ml 30 g	
	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Dynia duszona z marchewką z olejem* 150 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem pełnoziarnistym* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Dynia duszona z marchewką z olejem* 150 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Kotlety sojowe 100 g (***SOJ,***) Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet z kurczaka gotowany 30 g Sałata zielona 5 g		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (***MLE,***) Pasta warzywna* 75 g (***SEL,***) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (***MLE,***) Pasta warzywna* 75 g (***SEL,***) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (***MLE,***) Pasta warzywna* 75 g (***SEL,***) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (***MLE,***) Pasta warzywna* 75 g (***SEL,***) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Hummus 60 g (***SEZ,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (***MLE,***) Pasta warzywna* 75 g (***SEL,***) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Jabłko 150 g Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Jabłko pieczone 150 g Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (***SOJ,***) Sałata zielona 5 g		Jabłko 150 g Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g
		Wartość energetyczna: 2264.29 kcal; Białko ogółem: 108.05 g; Tłuszcz: 81.97 g; Kw. tł. nasy.: 20.94 g; Węglowodany ogółem: 302.41 g; W tym cukry: 49.07 g; Błonnik pok.: 33.31 g; Sód: 3296.31 mg;	Wartość energetyczna: 2324.44 kcal; Białko ogółem: 111.56 g; Tłuszcz: 77.48 g; Kw. tł. nasy.: 20.69 g; Węglowodany ogółem: 310.95 g; W tym cukry: 47.84 g; Błonnik pok.: 25.78 g; Sód: 3249.08 mg;	Wartość energetyczna: 2820.49 kcal; Białko ogółem: 143.98 g; Tłuszcz: 108.71 g; Kw. tł. nasy.: 30.24 g; Węglowodany ogółem: 365.93 g; W tym cukry: 40.39 g; Błonnik pok.: 51.20 g; Sód: 4107.23 mg;	Wartość energetyczna: 2844.92 kcal; Białko ogółem: 152.28 g; Tłuszcz: 106.09 g; Kw. tł. nasy.: 26.31 g; Węglowodany ogółem: 355.70 g; W tym cukry: 38.64 g; Błonnik pok.: 40.08 g; Sód: 4341.73 mg;	Wartość energetyczna: 2242.93 kcal; Białko ogółem: 84.93 g; Tłuszcz: 72.07 g; Kw. tł. nasy.: 14.75 g; Węglowodany ogółem: 345.77 g; W tym cukry: 63.31 g; Błonnik pok.: 42.82 g; Sód: 2787.51 mg;

		q KAW- IPiN D01 Podstawowa	q KAW- IPiN D02 Łatwostrawna	KAW- IPiN D03 Z ogr.łatwo.przysw.węglowodanów	q KAW- IPiN D07 Bogatobiałkowa	q KAW- IPiN D01/WE Wegetariańska
2026-09-21 poniedziałek	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (***SOJ,***) Twarożek 60 g (***MLE,***) Ogórek świeży 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (***SOJ,***) Twarożek 60 g (***MLE,***) Pomidor b/skórki 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***) Płatki owsiane 20 g (***GLU OW,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (***SOJ,***) Twarożek 60 g (***MLE,***) Ogórek świeży 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (***SOJ,***) Twarożek 60 g (***MLE,***) Ogórek świeży 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twarożek 60 g (***MLE,***) Hummus z ciecierzycy 60 g Ogórek świeży 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Sałata zielona 5 g		
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Pulpet mięsno-warzywny* (wieprzowy) 120 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Sos pieczarkowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z marchwi z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Pulpet mięsno-warzywny* (wieprzowy) 120 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Sos pieczarkowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z marchwi z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Jabłko 150 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Banan 150 g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Serek homo. naturalny 60 g (***MLE,***) Sałatka wiosenna - diety. 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Serek homo. naturalny 60 g (***MLE,***) Sałatka wiosenna - diety. 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Serek homo. naturalny 60 g (***MLE,***) Sałatka wiosenna - diety. 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Serek homo. naturalny 60 g (***MLE,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Sałatka wiosenna - diety. 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Serek homo. naturalny 60 g (***MLE,***) Pasztet sojowy z pomidorami 60 g (***SOJ, GOR,***) Sałatka wiosenna - diety. 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Biszkopty 30 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,***)	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Biszkopty 30 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,***) Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***)	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 30 g (***MLE,***) Sałata zielona 5 g	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Biszkopty 30 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,***)	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Biszkopty 30 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,***) Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2408.41 kcal; Białko ogółem: 100.80 g; Tłuszcz: 65.35 g; Kw. tł. nasy.: 19.76 g; Węglowodany ogółem: 391.94 g; W tym cukry: 107.22 g; Błonnik pok.: 26.92 g; Sód: 2964.73 mg;	Wartość energetyczna: 2465.00 kcal; Białko ogółem: 102.30 g; Tłuszcz: 65.00 g; Kw. tł. nasy.: 19.70 g; Węglowodany ogółem: 393.17 g; W tym cukry: 106.51 g; Błonnik pok.: 18.01 g; Sód: 2870.04 mg;	Wartość energetyczna: 2801.88 kcal; Białko ogółem: 122.58 g; Tłuszcz: 105.85 g; Kw. tł. nasy.: 29.07 g; Węglowodany ogółem: 390.84 g; W tym cukry: 54.64 g; Błonnik pok.: 53.73 g; Sód: 3987.75 mg;	Wartość energetyczna: 3061.43 kcal; Białko ogółem: 129.60 g; Tłuszcz: 97.57 g; Kw. tł. nasy.: 26.46 g; Węglowodany ogółem: 455.53 g; W tym cukry: 101.36 g; Błonnik pok.: 36.81 g; Sód: 4031.56 mg;	Wartość energetyczna: 2592.63 kcal; Białko ogółem: 96.98 g; Tłuszcz: 80.97 g; Kw. tł. nasy.: 19.38 g; Węglowodany ogółem: 408.03 g; W tym cukry: 106.96 g; Błonnik pok.: 30.88 g; Sód: 2689.21 mg;

		q KAW- IPiN D01 Podstawowa	q KAW- IPiN D02 Łatwostrawna	KAW- IPiN D03 Z ogr.łatwo.przysw.węglowodanów	q KAW- IPiN D07 Bogatobiałkowa	q KAW- IPiN D01/WE Wegetariańska
2026-09-22 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (***może zawierać: MLE, GOR,***) Pomidor 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (***może zawierać: MLE, GOR,***) Pomidor b/skórki 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Płatki żytnie 20 g (***GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (***może zawierać: MLE, GOR,***) Pomidor 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (***może zawierać: MLE, GOR,***) Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Pomidor 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb razowy pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasztet sojowy z pomidorami 30 g (***SOJ, GOR,***) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasztet sojowy z pomidorami 30 g (***SOJ, GOR,***) Sałata zielona 5 g	
	Obiad	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Pierogi ukraińskie * 300 g (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab gotowany 30 g Sałata zielona 5 g	Jabłko 150 g Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (***SOJ,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Paprykarz warzywny. 75 g (***SEL,***) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (***SOJ,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Paprykarz warzywny. 75 g (***SEL,***) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (***SOJ,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Paprykarz warzywny. 75 g (***SEL,***) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Paprykarz warzywny. 75 g (***SEL,***) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (***SOJ,***) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszonego 100 g Paprykarz warzywny. 75 g (***SEL,***) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Jabłko 1 szt 1 szt Ciasto drożdżowe b/c 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Ciasto drożdżowe b/c 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasztet z soczewicy * 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sałata zielona 5 g		Jabłko 1 szt 1 szt Ciasto drożdżowe b/c 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***)
		Wartość energetyczna: 2425.91 kcal; Białko ogółem: 99.24 g; Tłuszcz: 72.83 g; Kw. tł. nasy.: 16.59 g; Węglowodany ogółem: 342.12 g; W tym cukry: 52.29 g; Błonnik pok.: 35.73 g; Sód: 3860.15 mg;	Wartość energetyczna: 2470.56 kcal; Białko ogółem: 101.20 g; Tłuszcz: 71.50 g; Kw. tł. nasy.: 16.49 g; Węglowodany ogółem: 343.29 g; W tym cukry: 53.07 g; Błonnik pok.: 28.98 g; Sód: 3614.75 mg;	Wartość energetyczna: 2709.05 kcal; Białko ogółem: 114.80 g; Tłuszcz: 100.59 g; Kw. tł. nasy.: 19.04 g; Węglowodany ogółem: 388.74 g; W tym cukry: 32.04 g; Błonnik pok.: 52.58 g; Sód: 4068.76 mg;	Wartość energetyczna: 2851.22 kcal; Białko ogółem: 119.13 g; Tłuszcz: 104.93 g; Kw. tł. nasy.: 23.76 g; Węglowodany ogółem: 394.53 g; W tym cukry: 53.68 g; Błonnik pok.: 43.55 g; Sód: 4577.29 mg;	Wartość energetyczna: 2797.51 kcal; Białko ogółem: 84.80 g; Tłuszcz: 98.26 g; Kw. tł. nasy.: 29.34 g; Węglowodany ogółem: 398.45 g; W tym cukry: 54.41 g; Błonnik pok.: 40.98 g; Sód: 3188.19 mg;

		q KAW- IPiN D01 Podstawowa	q KAW- IPiN D02 Łatwostrawna	KAW- IPiN D03 Z ogr.łatwo.przysw.węglowodanów	q KAW- IPiN D07 Bogatobiałkowa	q KAW- IPiN D01/WE Wegetariańska
2026-09-23 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (***MLE,***) Pomidor 75 g Sałata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (***MLE,***) Pomidor b/skórki 75 g Sałata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Płatki owsiane 20 g (***GLU OW,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (***MLE,***) Pomidor 75 g Sałata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (***MLE,***) Pomidor 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (***MLE,***) Miód (25g) 1 szt Pomidor 75 g Sałata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Jabłko 150 g		
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza gryczana 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kaszotto wegetariańskie z tofu * 300 g (***SOJ, SEL, GLU JĘCZ,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 30 g (***MLE,***) Sałata zielona 5 g		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Pasztet rybny z warzywami (Łosoś) **. 60 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,***) Sałata zielona 5 g Ogórek świeży 75 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Pasztet rybny z warzywami (Łosoś) **. 60 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,***) Pasta warzywna* 75 g (***SEL,***) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Pasztet rybny z warzywami (Łosoś) **. 60 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,***) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Ogórek świeży 75 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Pasztet rybny z warzywami (Łosoś) **. 60 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,***) Ogórek świeży 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Ser żółty 30 g (***MLE,***) Hummus 60 g (***SEZ,***) Ogórek świeży 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Sałata zielona 5 g	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g
		Wartość energetyczna: 2749.87 kcal; Białko ogółem: 120.37 g; Tłuszcz: 85.39 g; Kw. tł. nasy.: 24.84 g; Węglowodany ogółem: 407.94 g; W tym cukry: 67.49 g; Błonnik pok.: 36.17 g; Sód: 3719.31 mg;	Wartość energetyczna: 2791.85 kcal; Białko ogółem: 122.56 g; Tłuszcz: 80.23 g; Kw. tł. nasy.: 23.41 g; Węglowodany ogółem: 416.43 g; W tym cukry: 67.92 g; Błonnik pok.: 29.17 g; Sód: 3573.61 mg;	Wartość energetyczna: 2872.23 kcal; Białko ogółem: 129.99 g; Tłuszcz: 98.03 g; Kw. tł. nasy.: 30.16 g; Węglowodany ogółem: 422.91 g; W tym cukry: 59.20 g; Błonnik pok.: 52.13 g; Sód: 3846.72 mg;	Wartość energetyczna: 3033.69 kcal; Białko ogółem: 131.57 g; Tłuszcz: 101.50 g; Kw. tł. nasy.: 31.77 g; Węglowodany ogółem: 439.17 g; W tym cukry: 72.12 g; Błonnik pok.: 42.63 g; Sód: 4168.69 mg;	Wartość energetyczna: 2635.04 kcal; Białko ogółem: 85.53 g; Tłuszcz: 91.45 g; Kw. tł. nasy.: 25.21 g; Węglowodany ogółem: 400.33 g; W tym cukry: 84.63 g; Błonnik pok.: 40.33 g; Sód: 3116.16 mg;

		q KAW- IPiN D01 Podstawowa	q KAW- IPiN D02 Łatwostrawna	KAW- IPiN D03 Z ogr.łatwo.przysw.węglowodanów	q KAW- IPiN D07 Bogatobiałkowa	q KAW- IPiN D01/WE Wegetariańska
2026-09-24 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Ser mozzarella kulki 60 g (***MLE,***) Pomidor 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g (***MLE,***) Pomidor b/skórki 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Płatki żytnie 20 g (***GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Ser mozzarella kulki 60 g (***MLE,***) Pomidor 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Ser mozzarella kulki 60 g (***MLE,***) Pomidor 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g (***MLE,***) Ser mozzarella kulki 60 g (***MLE,***) Pomidor 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 30 g (***MLE,***) Sałata zielona 5 g		
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 180 g (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem*. 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 180 g (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem*. 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 180 g (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 180 g (***GLU PSZ,***) Surówka z rzepy białej i jabłka () 150 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 180 g (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem*. 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 350 g (***GLU PSZ,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem*. 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab gotowany 30 g Sałata zielona 5 g	Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Słupki z marchewki 50 g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (***może zawierać: MLE, GOR,***) Pasztet z fasoli* 60 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Jabłko 150 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (***może zawierać: MLE, GOR,***) Suflet mięsno-jarzynowy () 60 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Jabłko 150 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (***może zawierać: MLE, GOR,***) Pasztet z fasoli* 60 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Jabłko 150 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (***może zawierać: MLE, GOR,***) Suflet mięsno-jarzynowy () 60 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Jabłko 150 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Dżem 25 g 1 szt Pasztet z fasoli* 60 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Jabłko 150 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt Bułka maślana 50g 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***) Bułka maślana 50g 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 5 g	Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt Bułka maślana 50g 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***) Bułka maślana 50g 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2785.67 kcal; Białko ogółem: 107.12 g; Tłuszcz: 92.39 g; Kw. tł. nasy.: 25.35 g; Węglowodany ogółem: 405.92 g; W tym cukry: 76.87 g; Błonnik pok.: 32.65 g; Sód: 3136.56 mg;	Wartość energetyczna: 2662.48 kcal; Białko ogółem: 111.00 g; Tłuszcz: 77.99 g; Kw. tł. nasy.: 19.82 g; Węglowodany ogółem: 389.93 g; W tym cukry: 76.80 g; Błonnik pok.: 20.83 g; Sód: 2765.87 mg;	Wartość energetyczna: 2806.08 kcal; Białko ogółem: 119.19 g; Tłuszcz: 93.52 g; Kw. tł. nasy.: 26.56 g; Węglowodany ogółem: 427.42 g; W tym cukry: 53.22 g; Błonnik pok.: 60.71 g; Sód: 3631.63 mg;	Wartość energetyczna: 2966.44 kcal; Białko ogółem: 131.78 g; Tłuszcz: 93.73 g; Kw. tł. nasy.: 26.89 g; Węglowodany ogółem: 423.81 g; W tym cukry: 80.00 g; Błonnik pok.: 33.21 g; Sód: 3368.77 mg;	Wartość energetyczna: 2793.43 kcal; Białko ogółem: 102.37 g; Tłuszcz: 82.57 g; Kw. tł. nasy.: 24.23 g; Węglowodany ogółem: 439.63 g; W tym cukry: 85.98 g; Błonnik pok.: 35.92 g; Sód: 2646.69 mg;

		q KAW- IPiN D01 Podstawowa	q KAW- IPiN D02 Łatwostrawna	KAW- IPiN D03 Z ogr.łatwo.przysw.węglowodanów	q KAW- IPiN D07 Bogatobiałkowa	q KAW- IPiN D01/WE Wegetariańska
2026-09-25 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (***SOJ,***) Ser żółty 40 g (***MLE,***) Nektarynka 120 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (***SOJ,***) Twarożek 60 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Płatki owsiane 20 g (***GLU OW,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (***SOJ,***) Twarożek 60 g (***MLE,***) Nektarynka 120 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Ser żółty 40 g (***MLE,***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (***SOJ,***) Nektarynka 120 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twarożek 60 g (***MLE,***) Dżem 25 g 1 szt Nektarynka 120 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Słupki z marchewki 30 g Pasztet sojowy z pomidorami 30 g (***SOJ, GOR,***)	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Słupki z marchewki 30 g Pasztet sojowy z pomidorami 30 g (***SOJ, GOR,***)	
	Obiad	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g (***RYB,***) Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g (***RYB,***) Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Warzywa po grecku z olejem* 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (***RYB,***) Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml		Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Kotlety z ciecierzycy () 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Polędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***) Sałata zielona 5 g	Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (***MLE,***) Jabłko 150 g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (***JAJ, MLE,***) Ogórek świeży 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor b/skórki 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (***JAJ, MLE,***) Ogórek świeży 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (***JAJ, MLE,***) Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Ogórek świeży 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z tofu i marchewki 60 g (***SOJ,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (***JAJ, MLE,***) Ogórek świeży 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Krakersy 30 g (***GLU PSZ, JAJ, GLU JĘCZ,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***)		Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Sałata zielona 5 g	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Krakersy 30 g (***GLU PSZ, JAJ, GLU JĘCZ,***)	
		Wartość energetyczna: 2419.89 kcal; Białko ogółem: 103.99 g; Tłuszcz: 83.14 g; Kw. tł. nasy.: 26.44 g; Węglowodany ogółem: 341.80 g; W tym cukry: 58.31 g; Błonnik pok.: 29.50 g; Sód: 4060.40 mg;	Wartość energetyczna: 2425.07 kcal; Białko ogółem: 107.11 g; Tłuszcz: 69.73 g; Kw. tł. nasy.: 19.85 g; Węglowodany ogółem: 358.94 g; W tym cukry: 71.05 g; Błonnik pok.: 25.04 g; Sód: 3392.75 mg;	Wartość energetyczna: 2415.94 kcal; Białko ogółem: 107.76 g; Tłuszcz: 87.34 g; Kw. tł. nasy.: 22.04 g; Węglowodany ogółem: 353.10 g; W tym cukry: 31.60 g; Błonnik pok.: 47.90 g; Sód: 4091.58 mg;	Wartość energetyczna: 2806.99 kcal; Białko ogółem: 114.21 g; Tłuszcz: 94.40 g; Kw. tł. nasy.: 28.87 g; Węglowodany ogółem: 410.27 g; W tym cukry: 88.76 g; Błonnik pok.: 37.81 g; Sód: 4504.85 mg;	Wartość energetyczna: 2646.47 kcal; Białko ogółem: 83.62 g; Tłuszcz: 94.20 g; Kw. tł. nasy.: 20.66 g; Węglowodany ogółem: 399.16 g; W tym cukry: 73.94 g; Błonnik pok.: 39.99 g; Sód: 3164.14 mg;

		q KAW- IPiN D01 Podstawowa	q KAW- IPiN D02 Łatwostrawna	KAW- IPiN D03 Z ogr.łatwo.przysw.węglowodanów	q KAW- IPiN D07 Bogatobiałkowa	q KAW- IPiN D01/WE Wegetariańska
2026-09-26 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Mix sałat z marchewką i olejem 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Mix sałat z marchewką i olejem 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Płatki owsiane 20 g (***GLU OW,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Mix sałat z marchewką i olejem 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Mix sałat z marchewką i olejem 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Ser żółty 30 g (***MLE,***) Mix sałat z marchewką i olejem 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z fasoli konserwowej i natki pietruszki 30 g Sałata zielona 5 g		
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 180 g (***SEL,***) Ryż na sypko 180 g Surówka z marchwi z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa z warzywami * 180 g (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane z olejem b/c. 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Potrawka drobiowa z warzywami * 180 g (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z marchwi z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Filet z kurczaka duszony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane z olejem b/c. 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Gulasz sojowy z warzywami * 180 g (***SOJ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Sałatka z soczewicy,pomidora i ogórka kiszonego 50 g		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twarożek 60 g (***MLE,***) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (***SOJ,***) Ogórek świeży 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twarożek 60 g (***MLE,***) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (***SOJ,***) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor b/skórki 75 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Filet z kurczaka gotowany 30 g Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (***SOJ,***) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Ogórek świeży 75 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twarożek 60 g (***MLE,***) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (***SOJ,***) Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twarożek 60 g (***MLE,***) Sałatka z soczewicy,pomidora i ogórka kiszonego 100 g Ogórek świeży 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Jabłko 150 g Chrupki kukurydziane 25 g	Jabłko pieczone 150 g Chrupki kukurydziane 25 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata zielona 5 g	Jabłko 150 g Chrupki kukurydziane 25 g	
		Wartość energetyczna: 2241.36 kcal; Białko ogółem: 81.45 g; Tłuszcz: 69.98 g; Kw. tł. nasy.: 18.67 g; Węglowodany ogółem: 354.83 g; W tym cukry: 55.37 g; Błonnik pok.: 38.22 g; Sód: 3104.95 mg;	Wartość energetyczna: 2362.74 kcal; Białko ogółem: 92.34 g; Tłuszcz: 71.83 g; Kw. tł. nasy.: 19.18 g; Węglowodany ogółem: 357.26 g; W tym cukry: 57.60 g; Błonnik pok.: 28.38 g; Sód: 2879.79 mg;	Wartość energetyczna: 2424.38 kcal; Białko ogółem: 97.01 g; Tłuszcz: 82.15 g; Kw. tł. nasy.: 18.40 g; Węglowodany ogółem: 379.44 g; W tym cukry: 31.91 g; Błonnik pok.: 55.84 g; Sód: 3813.69 mg;	Wartość energetyczna: 2733.99 kcal; Białko ogółem: 114.52 g; Tłuszcz: 83.77 g; Kw. tł. nasy.: 20.38 g; Węglowodany ogółem: 421.71 g; W tym cukry: 57.91 g; Błonnik pok.: 43.13 g; Sód: 3656.70 mg;	Wartość energetyczna: 2489.69 kcal; Białko ogółem: 98.70 g; Tłuszcz: 75.62 g; Kw. tł. nasy.: 23.14 g; Węglowodany ogółem: 392.38 g; W tym cukry: 54.25 g; Błonnik pok.: 48.13 g; Sód: 2911.42 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-09-14 do dnia 2026-09-27 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		q KAW- IPiN D01 Podstawowa	q KAW- IPiN D02 Łatwostrawna	KAW- IPiN D03 Z ogr.łatwo.przysw.węglowodanów	q KAW- IPiN D07 Bogatobiałkowa	q KAW- IPiN D01/WE Wegetariańska
2026-09-27 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Kalarepa 75 g Sałata zielona 5 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pasta marchewkowo-pomidorowa 75 g Sałata zielona 5 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***)	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Płatki jęczmienne 20 g (***GLU JĘCZ,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Kalarepa 75 g Sałata zielona 5 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Kalarepa 75 g Sałata zielona 5 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Hummus 60 g (***SEZ,***) Kalarepa 75 g Sałata zielona 5 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***)
	II ŚN			Wafle ryżowe 30 g Hummus 30 g (***SEZ,***) Sałata zielona 5 g		
	Obiad	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mizeria 150 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Schab gotowany 100 g Sos własny () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Schab gotowany 100 g Sos własny () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Mizeria 150 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Schab gotowany 100 g Sos własny () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Mizeria 150 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Kotlety sojowe 100 g (***SOJ,***) Mizeria 150 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet z kurczaka gotowany 30 g Sałata zielona 5 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Jabłko 150 g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Serek homo. naturalny 60 g (***MLE,***) Pomidor 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Serek homo. naturalny 60 g (***MLE,***) Pomidor b/skórki 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Serek homo. naturalny 60 g (***MLE,***) Pomidor 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Pomidor 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Serek homo. naturalny 60 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 60 g (***MLE,***) Pomidor 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Biszkopty 30 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,***)		Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 30 g (***MLE,***) Sałata zielona 5 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Biszkopty 30 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,***) Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***)	
		Wartość energetyczna: 2009.47 kcal; Białko ogółem: 106.69 g; Tłuszcz: 56.30 g; Kw. tł. nasy.: 16.41 g; Węglowodany ogółem: 303.33 g; W tym cukry: 46.61 g; Błonnik pok.: 28.02 g; Sód: 3106.91 mg;	Wartość energetyczna: 2139.56 kcal; Białko ogółem: 109.22 g; Tłuszcz: 62.23 g; Kw. tł. nasy.: 16.38 g; Węglowodany ogółem: 310.55 g; W tym cukry: 50.51 g; Błonnik pok.: 24.87 g; Sód: 3277.94 mg;	Wartość energetyczna: 2581.97 kcal; Białko ogółem: 134.50 g; Tłuszcz: 87.99 g; Kw. tł. nasy.: 27.42 g; Węglowodany ogółem: 361.14 g; W tym cukry: 37.06 g; Błonnik pok.: 43.27 g; Sód: 3794.54 mg;	Wartość energetyczna: 2458.25 kcal; Białko ogółem: 124.68 g; Tłuszcz: 74.34 g; Kw. tł. nasy.: 21.45 g; Węglowodany ogółem: 357.65 g; W tym cukry: 61.64 g; Błonnik pok.: 32.07 g; Sód: 3443.02 mg;	Wartość energetyczna: 2136.18 kcal; Białko ogółem: 96.16 g; Tłuszcz: 66.56 g; Kw. tł. nasy.: 15.20 g; Węglowodany ogółem: 323.52 g; W tym cukry: 46.37 g; Błonnik pok.: 35.18 g; Sód: 2738.34 mg;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,
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 zawierajace 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 ogółemwg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sód - Sód,
Sól - Sól,
Potas - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
Ener z B. - % energii z białka,
Ener. z T. - % energii z tłuszczu,
Ener z W. - % energii z węglowodanów,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,