

		CHRZ- PAKS D01 Podstawowa	CHRZ- PAKS D03 Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów
2026-08-17 poniedziałek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 40 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.</u>) Pomidor 50 g Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 40 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.</u>) Pomidor 50 g
	II ŚN		Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Brokułowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Curry dyniowo-ziemniaczane z ciecierzycą 150 g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane 250 g	Brokułowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane 250 g
	PD		Jabłko 1 szt 1 szt
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paszтет rybno-warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paszтет rybno-warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Pomidor 50 g
	PN	Jabłko 1 szt 1 szt	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 2071.97 kcal; Białko ogółem: 70.98 g; Tłuszcz: 61.64 g; Kw. tł. nasy.: 25.23 g; Węglowodany ogółem: 326.95 g; W tym cukry: 80.35 g; Błonnik pok.: 32.29 g; Sól: 7.66 g;	Wartość energetyczna: 1859.75 kcal; Białko ogółem: 74.55 g; Tłuszcz: 57.58 g; Kw. tł. nasy.: 25.56 g; Węglowodany ogółem: 292.84 g; W tym cukry: 70.95 g; Błonnik pok.: 33.98 g; Sól: 7.17 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-17 do dnia 2026-08-30 KUCHNIA CHRZANÓW

		CHRRZ- PAKS D01 Podstawowa	CHRRZ- PAKS D03 Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów
2026-08-18 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 50 g
	II ŚN		Jogurt naturalny 150 g (<u>MLE</u>)
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02</u>) Kluski śląskie 200 g (<u>JAJ, może zawierać: GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR</u>) Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>)	Pieczarkowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02</u>) Kluski śląskie 200 g (<u>JAJ, może zawierać: GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR</u>) Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>)
	PD		Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Bartnika- kielbasa dr. parz z dod. mięsa wp 40 g (<u>SOJ</u>) Ogórek świeży 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Bartnika- kielbasa dr. parz z dod. mięsa wp 40 g (<u>SOJ</u>) Ogórek świeży 50 g
	PN	Banan 150 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2269.62 kcal; Białko ogółem: 79.64 g; Tłuszcz: 71.37 g; Kw. tł. nasy.: 29.68 g; Węglowodany ogółem: 342.76 g; W tym cukry: 91.82 g; Błonnik pok.: 20.74 g; Sól: 6.34 g;	Wartość energetyczna: 2006.65 kcal; Białko ogółem: 83.80 g; Tłuszcz: 67.14 g; Kw. tł. nasy.: 26.71 g; Węglowodany ogółem: 291.85 g; W tym cukry: 28.91 g; Błonnik pok.: 26.27 g; Sól: 5.82 g;

		CHRZ- PAKS D01 Podstawowa	CHRZ- PAKS D03 Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów
2026-08-19 środa	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku/p 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 20 g Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 20 g Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>)
	II ŚN		Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 250 g Filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 250 g Filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD		Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g
	PN	Brzoskwinia 1 szt 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2087.15 kcal; Białko ogółem: 95.82 g; Tłuszcz: 60.21 g; Kw. tł. nasy.: 27.53 g; Węglowodany ogółem: 312.43 g; W tym cukry: 76.79 g; Błonnik pok.: 28.69 g; Sól: 7.08 g;	Wartość energetyczna: 2033.70 kcal; Białko ogółem: 98.61 g; Tłuszcz: 63.12 g; Kw. tł. nasy.: 28.89 g; Węglowodany ogółem: 296.54 g; W tym cukry: 52.81 g; Błonnik pok.: 32.64 g; Sól: 6.62 g;

		CHRZ- PAKS D01 Podstawowa	CHRZ- PAKS D03 Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów
2026-08-20 czwartek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g
	II ŚN		Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Leczo z drobiem-dieta * 150 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Leczo z drobiem-dieta * 150 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>)
	PD		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałatka jarzynowa z olejem* 50 g (<u>SEL.</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałatka jarzynowa z olejem* 50 g (<u>SEL.</u>)
	PN	Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (<u>GOR.</u>)	
		Wartość energetyczna: 2063.07 kcal; Białko ogółem: 72.86 g; Tłuszcz: 62.77 g; Kw. tł. nasy.: 25.69 g; Węglowodany ogółem: 320.99 g; W tym cukry: 71.69 g; Błonnik pok.: 26.42 g; Sól: 8.45 g;	Wartość energetyczna: 1785.46 kcal; Białko ogółem: 72.33 g; Tłuszcz: 61.42 g; Kw. tł. nasy.: 24.55 g; Węglowodany ogółem: 267.60 g; W tym cukry: 39.47 g; Błonnik pok.: 31.64 g; Sól: 7.88 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-17 do dnia 2026-08-30 KUCHNIA CHRZANÓW

2026-08-21 piątek		CHRZ- PAKS D01 Podstawowa	CHRZ- PAKS D03 Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów
	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Arbuz 150 g Dżem 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 30 g Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>)
	II ŚN		Arbuz 150 g
	Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem# 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 250 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	PD		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pasta z brokula * 50 g	
	PN	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	
		Wartość energetyczna: 1879.88 kcal; Białko ogółem: 78.45 g; Tłuszcz: 52.64 g; Kw. tł. nasy.: 21.21 g; Węglowodany ogółem: 300.90 g; W tym cukry: 68.14 g; Błonnik pok.: 28.99 g; Sól: 5.77 g;	Wartość energetyczna: 1971.93 kcal; Białko ogółem: 95.02 g; Tłuszcz: 58.13 g; Kw. tł. nasy.: 24.56 g; Węglowodany ogółem: 294.78 g; W tym cukry: 58.39 g; Błonnik pok.: 29.16 g; Sól: 6.04 g;

		CHRZ- PAKS D01 Podstawowa	CHRZ- PAKS D03 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-08-22 sobota	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Ryż na mleku 350 ml (<u>MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Parówki "Basiuni" wieprzowe, wędzone, parzone, homogenizowane w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SEL,</u>) Pomidor 50 g Musztarda 10 g (<u>GOR,</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Pomidor 50 g
	II ŚN		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,</u>)
	Obiad	Grochowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>)
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Pomidor 50 g
	PN	Jabłko 1 szt 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2347.08 kcal; Białko ogółem: 90.89 g; Tłuszcz: 80.91 g; Kw. tł. nasy.: 26.40 g; Węglowodany ogółem: 329.68 g; W tym cukry: 71.47 g; Błonnik pok.: 27.34 g; Sól: 10.60 g;	Wartość energetyczna: 1907.63 kcal; Białko ogółem: 84.86 g; Tłuszcz: 62.45 g; Kw. tł. nasy.: 24.11 g; Węglowodany ogółem: 275.80 g; W tym cukry: 35.30 g; Błonnik pok.: 31.69 g; Sól: 9.43 g;

		CHRZ- PAKS D01 Podstawowa	CHRZ- PAKS D03 Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów
2026-08-23 niedziela	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Połędwicowa drobiowa z dodatkiem miesa wieprzowego, białka mleka z połączonych kawałków mięsa. 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Papryka świeża 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Połędwicowa drobiowa z dodatkiem miesa wieprzowego, białka mleka z połączonych kawałków mięsa. 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Papryka świeża 50 g
	II ŚN		Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Rosół z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 250 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 250 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD		Jogurt naturalny 150 g (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g
	PN	Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
		Wartość energetyczna: 1992.05 kcal; Białko ogółem: 82.87 g; Tłuszcz: 64.89 g; Kw. tł. nasy.: 24.46 g; Węglowodany ogółem: 286.84 g; W tym cukry: 71.73 g; Błonnik pok.: 21.16 g; Sól: 6.26 g;	Wartość energetyczna: 1879.29 kcal; Białko ogółem: 94.87 g; Tłuszcz: 62.57 g; Kw. tł. nasy.: 25.77 g; Węglowodany ogółem: 261.31 g; W tym cukry: 48.66 g; Błonnik pok.: 29.38 g; Sól: 8.12 g;

CHRZ- PAKS D01 Podstawowa		CHRZ- PAKS D03 Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów
2026-08-24 poniedziałek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku CHRZ 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Bartnika- kielbasa dr. parz z dod. mięsa wp 30 g (<u>SOJ.</u>) Salatka wiosenna 50 g
	II ŚN	Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Risotto wegetariańskie z tofu* 300 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD	Wafle ryżowe 30 g
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g
	PN	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt
Wartość energetyczna: 2061.09 kcal; Białko ogółem: 70.10 g; Tłuszcz: 55.66 g; Kw. tł. nasy.: 24.65 g; Węglowodany ogółem: 340.85 g; W tym cukry: 72.22 g; Błonnik pok.: 27.80 g; Sól: 6.36 g;		Wartość energetyczna: 1911.04 kcal; Białko ogółem: 69.80 g; Tłuszcz: 51.96 g; Kw. tł. nasy.: 22.77 g; Węglowodany ogółem: 319.02 g; W tym cukry: 44.38 g; Błonnik pok.: 30.55 g; Sól: 5.69 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-17 do dnia 2026-08-30 KUCHNIA CHRZANÓW

		CHRZ- PAKS D01 Podstawowa	CHRZ- PAKS D03 Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów
2026-08-25 wtorek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 50 g
	II ŚN		Jogurt naturalny 150 g (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Jarzynowa z makaronem# dieta 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 250 g Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)	Jarzynowa z makaronem# dieta 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 250 g Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD		Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 50 g
	PN	Słupki z marchewki 50 g Paszтет z ciecierzycy* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Nektarynka 1 szt 1 szt
		Wartość energetyczna: 2301.56 kcal; Białko ogółem: 95.53 g; Tłuszcz: 85.01 g; Kw. tł. nasy.: 28.82 g; Węglowodany ogółem: 310.05 g; W tym cukry: 69.90 g; Błonnik pok.: 29.76 g; Sól: 6.46 g;	Wartość energetyczna: 1954.85 kcal; Białko ogółem: 91.39 g; Tłuszcz: 71.60 g; Kw. tł. nasy.: 25.97 g; Węglowodany ogółem: 261.99 g; W tym cukry: 44.23 g; Błonnik pok.: 27.21 g; Sól: 5.25 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-17 do dnia 2026-08-30 KUCHNIA CHRZANÓW

2026-08-26 środa		CHRZ- PAKS D01 Podstawowa	CHRZ- PAKS D03 Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów
	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku CHRZ 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Dżem 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>)
	II ŚN		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pieczarkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Surówka z marchwi z olejem b/c 200 g Jabłko 1 szt 1 szt	Ziemniaczana # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Sos pieczarkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)
	PD		Jabłko 1 szt 1 szt
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz szczeciński 60 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz szczeciński 60 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Pomidor 50 g
	PN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Wartość energetyczna: 2496.80 kcal; Białko ogółem: 81.00 g; Tłuszcz: 90.16 g; Kw. tł. nasy.: 29.05 g; Węglowodany ogółem: 363.64 g; W tym cukry: 107.76 g; Błonnik pok.: 32.77 g; Sól: 7.23 g;		Wartość energetyczna: 2082.89 kcal; Białko ogółem: 82.21 g; Tłuszcz: 78.28 g; Kw. tł. nasy.: 25.17 g; Węglowodany ogółem: 292.32 g; W tym cukry: 49.12 g; Błonnik pok.: 34.45 g; Sól: 6.18 g;

CHRZ- PAKS D01 Podstawowa		CHRZ- PAKS D03 Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	
2026-08-27 czwartek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Połędwicowa drobiowa z dodatkiem miesa wieprzowego, białka mleka z połączonych kawałków mięsa. 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02,</u>) Pomidor 60 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Połędwicowa drobiowa z dodatkiem miesa wieprzowego, białka mleka z połączonych kawałków mięsa. 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02,</u>) Pomidor 60 g
	II ŚN		Kefir 2% tł 200 ml (<u>MLE,</u>)
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński z mięsa wp () 200 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 200 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński z mięsa wp () 200 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 200 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD		Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,</u>)
Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Pasta z buraka 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Pasta z buraka 50 g	
PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g		
	Wartość energetyczna: 2216.62 kcal; Białko ogółem: 82.45 g; Tłuszcz: 64.21 g; Kw. tł. nasy.: 28.13 g; Węglowodany ogółem: 347.02 g; W tym cukry: 70.61 g; Błonnik pok.: 27.51 g; Sól: 7.58 g;	Wartość energetyczna: 2045.06 kcal; Białko ogółem: 86.18 g; Tłuszcz: 65.08 g; Kw. tł. nasy.: 27.35 g; Węglowodany ogółem: 315.83 g; W tym cukry: 50.00 g; Błonnik pok.: 35.73 g; Sól: 7.27 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-17 do dnia 2026-08-30 KUCHNIA CHRZANÓW

2026-08-28 piątek		CHRZ- PAKS D01 Podstawowa	CHRZ- PAKS D03 Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów
	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Płatki pszenne na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Ogórek świeży 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Ogórek świeży 50 g
	II ŚN		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,</u>)
	Obiad	Krupnik jęczmienny # 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny # 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>)
	Kolacja	Jabłko 1 szt 1 szt Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 60 g (<u>MLE,</u>) Dżem 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>)	Twarożek 70 g (<u>MLE,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 20 g
	PN	Wafle ryżowe 30 g	
	Wartość energetyczna: 2300.13 kcal; Białko ogółem: 90.10 g; Tłuszcz: 68.02 g; Kw. tł. nasy.: 26.09 g; Węglowodany ogółem: 351.10 g; W tym cukry: 95.88 g; Błonnik pok.: 26.67 g; Sól: 7.27 g;		Wartość energetyczna: 1875.21 kcal; Białko ogółem: 92.76 g; Tłuszcz: 64.85 g; Kw. tł. nasy.: 24.42 g; Węglowodany ogółem: 255.20 g; W tym cukry: 27.45 g; Błonnik pok.: 26.16 g; Sól: 6.18 g;

		CHRR- PAKS D01 Podstawowa	CHRR- PAKS D03 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-08-29 sobota	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku CHRR 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Parówki "Basiuni" wieprzowe, wędzone, parzone, homogenizowane w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SEL.</u>) Salata lodowa 30 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Salata lodowa 30 g
	II ŚN		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kociolatek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (<u>SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kociolatek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (<u>SEL.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD		Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Połędwicowa drobiowa z dodatkiem mięsa wieprzowego, białka mleka z połączonych kawałków mięsa. 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Połędwicowa drobiowa z dodatkiem mięsa wieprzowego, białka mleka z połączonych kawałków mięsa. 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Pomidor 50 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)
		Wartość energetyczna: 2078.89 kcal; Białko ogółem: 64.91 g; Tłuszcz: 65.07 g; Kw. tł. nasy.: 23.21 g; Węglowodany ogółem: 326.10 g; W tym cukry: 86.56 g; Błonnik pok.: 21.95 g; Sól: 7.72 g;	Wartość energetyczna: 1880.59 kcal; Białko ogółem: 74.49 g; Tłuszcz: 52.85 g; Kw. tł. nasy.: 25.26 g; Węglowodany ogółem: 299.46 g; W tym cukry: 53.71 g; Błonnik pok.: 30.28 g; Sól: 5.35 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-17 do dnia 2026-08-30 KUCHNIA CHRZANÓW

CHRZ- PAKS D01 Podstawowa		CHRZ- PAKS D03 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-08-30 niedziela	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Bartnika- kielbasa dr. parz z dod. mięsa wp 40 g (<u>SOJ.</u>) Kalarepa 50 g
	II ŚN	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Pomidorowa z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 250 g Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Mizeria 200 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD	Wafle ryżowe 30 g
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt
	PN	Koktajl z jogurtu, banana i płatków owsianych 250 g (<u>MLE, GLU OW.</u>)
		Wartość energetyczna: 2128.29 kcal; Białko ogółem: 83.30 g; Tłuszcz: 62.31 g; Kw. tł. nasy.: 25.40 g; Węglowodany ogółem: 327.21 g; W tym cukry: 84.40 g; Błonnik pok.: 23.74 g; Sól: 6.25 g;
		Wartość energetyczna: 2145.12 kcal; Białko ogółem: 106.77 g; Tłuszcz: 53.34 g; Kw. tł. nasy.: 27.13 g; Węglowodany ogółem: 336.46 g; W tym cukry: 79.15 g; Błonnik pok.: 28.70 g; Sól: 6.07 g;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeniczny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JEĆZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółem wg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
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,