

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Vegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb Graham 70 g (GLU, PSZ.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka sojowa wieprzowa, wędzona , parzona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Roszponka 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka sojowa wieprzowa, wędzona , parzona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Roszponka 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka sojowa wieprzowa, wędzona , parzona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Szynka sojowa Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU, JECZ.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Szynka sojowa Jabłko pieczone 150 g	Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka sojowa wieprzowa, wędzona , parzona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka sojowa wieprzowa, wędzona , parzona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka sojowa wieprzowa, wędzona , parzona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Roszponka 10 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka sojowa wieprzowa, wędzona , parzona 50 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Roszponka 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka sojowa wieprzowa, wędzona , parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka sojowa wieprzowa, wędzona , parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Jabłko pieczone 150 g
II ŚN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)										Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)
Obiad	Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą () 200 g (GLU, PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (GLU, PSZ, SOJ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Sos koperkowy () 100 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - brokułowa z ryżem () RYD 700g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą () 200 g (GLU, PSZ, SEL.) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL.) Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Gulasz warzywny z ciecierzycą () 200 g (GLU, PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą () 200 g (GLU, PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* (bez glutenu) 200 g (SOJ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (GLU, PSZ, SOJ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (GLU, PSZ, SOJ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (GLU, PSZ, SOJ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml										Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
Kolacja	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Szprot w sosie pomidorowym 50 g (RYB, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Twaróg 100 g (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Twaróg 100 g (MLE.) Jarzynowa z makaronem diety () 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700g (GLU, PSZ, JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Salata zielona 20 g Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Szprot w sosie pomidorowym 50 g (RYB, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Twaróg 100 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka sojowa wieprzowa, wędzona , parzona 50 g Pomidor 80 g	Salata zielona 20 g Chleb bezglutenowy 100 g (MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt										Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
	Wartość energetyczna: 2386.91 kcal; Białko ogółem: 86.20 g; Tłuszcz: 76.07 g; Kw. tł. nasy.: 35.80 g; Węglowodany ogółem: 355.54 g; W tym cukry: 79.46 g; Błonnik pok.: 38.53 g; Sól: 7.78 g;	Wartość energetyczna: 2289.32 kcal; Białko ogółem: 84.80 g; Tłuszcz: 73.99 g; Kw. tł. nasy.: 35.28 g; Węglowodany ogółem: 334.97 g; W tym cukry: 75.93 g; Błonnik pok.: 34.07 g; Sól: 7.93 g;	Wartość energetyczna: 2399.17 kcal; Białko ogółem: 97.67 g; Tłuszcz: 75.59 g; Kw. tł. nasy.: 36.50 g; Węglowodany ogółem: 348.11 g; W tym cukry: 83.94 g; Błonnik pok.: 33.22 g; Sól: 8.49 g;	Wartość energetyczna: 2508.57 kcal; Białko ogółem: 104.61 g; Tłuszcz: 75.42 g; Kw. tł. nasy.: 36.09 g; Węglowodany ogółem: 368.05 g; W tym cukry: 88.21 g; Błonnik pok.: 34.44 g; Sól: 8.22 g;	Wartość energetyczna: 2520.86 kcal; Białko ogółem: 127.89 g; Tłuszcz: 117.74 g; Kw. tł. nasy.: 28.24 g; Węglowodany ogółem: 247.48 g; W tym cukry: 96.98 g; Błonnik pok.: 26.62 g; Sól: 4.94 g;	Wartość energetyczna: 2284.11 kcal; Białko ogółem: 89.11 g; Tłuszcz: 74.13 g; Kw. tł. nasy.: 36.02 g; Węglowodany ogółem: 334.75 g; W tym cukry: 63.22 g; Błonnik pok.: 44.92 g; Sól: 8.13 g;	Wartość energetyczna: 2410.78 kcal; Białko ogółem: 96.10 g; Tłuszcz: 73.85 g; Kw. tł. nasy.: 36.77 g; Węglowodany ogółem: 354.34 g; W tym cukry: 72.46 g; Błonnik pok.: 33.68 g; Sól: 9.94 g;	Wartość energetyczna: 2453.93 kcal; Białko ogółem: 87.36 g; Tłuszcz: 85.24 g; Kw. tł. nasy.: 43.90 g; Węglowodany ogółem: 350.07 g; W tym cukry: 81.07 g; Błonnik pok.: 36.19 g; Sól: 7.62 g;	Wartość energetyczna: 1841.91 kcal; Białko ogółem: 50.18 g; Tłuszcz: 69.13 g; Kw. tł. nasy.: 28.16 g; Węglowodany ogółem: 262.42 g; W tym cukry: 54.36 g; Błonnik pok.: 25.36 g; Sól: 4.11 g;	Wartość energetyczna: 2429.78 kcal; Białko ogółem: 82.16 g; Tłuszcz: 85.32 g; Kw. tł. nasy.: 42.70 g; Węglowodany ogółem: 349.67 g; W tym cukry: 86.63 g; Błonnik pok.: 36.47 g; Sól: 9.69 g;	Wartość energetyczna: 2760.28 kcal; Białko ogółem: 103.52 g; Tłuszcz: 93.60 g; Kw. tł. nasy.: 45.39 g; Węglowodany ogółem: 393.78 g; W tym cukry: 85.49 g; Błonnik pok.: 39.88 g; Sól: 11.81 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Latwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Latwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.latwo przys.węgl/Latwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Paszet Ciechanowski-Paszet drobiowy z dodatkiem surowców wierzpierzowych pieczony 70 g (GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Ogórek kiszony 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Salata lodowa 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rodz.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Salata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rodz.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rodz.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rodz.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek kiszony 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Salata lodowa 20 g	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rodz.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek kiszony 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Salata lodowa 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rodz.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Paszet Ciechanowski-Paszet drobiowy z dodatkiem surowców wierzpierzowych pieczony 70 g (GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Paszet Ciechanowski-Paszet drobiowy z dodatkiem surowców wierzpierzowych pieczony 70 g (GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml
II SN	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE.)										Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE.)
Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Surowka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Dymna duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana (zmielona) 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Dymna duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - solferino RYD 700 g (JAJ, SEL, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Surowka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dymna duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Dymna duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Surowka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dymna duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SEL.) Makaron z warzywami i serem żółtym* 350 g (GLU PSZ, MLE.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (MLE.) Dymna duszona z olejem* (bez glutenu) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino (bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL.) Makaron bezglutenowy 200 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (MLE.) Dymna duszona z olejem* (bez glutenu) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Dymna duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (MLE.) Dymna duszona z olejem* (bez glutenu) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD	Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (GLUPSZ, MLE.)										Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (GLUPSZ, MLE.)
Kalajka	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50g (SOJ.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Ziemniaczana () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
PN	Rogal maślany 50g, 1 szt (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszaný 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	Rogal maślany 50g, 1 szt (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	Rogal maślany 50g, 1 szt (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszaný 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszaný 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)
	Wartość energetyczna: 2682.12 kcal; Białko ogółem: 123.78 g; Tłuszcz: 90.03 g; Kw. tł. nasy.: 41.41 g; Węglowodany ogółem: 350.18 g; W tym cukry: 64.84 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 9.16 g;	Wartość energetyczna: 2636.00 kcal; Białko ogółem: 117.58 g; Tłuszcz: 80.25 g; Kw. tł. nasy.: 39.03 g; Węglowodany ogółem: 366.13 g; W tym cukry: 72.84 g; Błonnik pok.: 21.16 g; Sól: 7.86 g;	Wartość energetyczna: 2675.88 kcal; Białko ogółem: 117.33 g; Tłuszcz: 80.20 g; Kw. tł. nasy.: 39.02 g; Węglowodany ogółem: 374.94 g; W tym cukry: 72.60 g; Błonnik pok.: 22.18 g; Sól: 8.79 g;	Wartość energetyczna: 2904.66 kcal; Białko ogółem: 125.64 g; Tłuszcz: 79.89 g; Kw. tł. nasy.: 38.57 g; Węglowodany ogółem: 226.61 g; W tym cukry: 108.41 g; Błonnik pok.: 21.92 g; Sól: 4.40 g;	Wartość energetyczna: 2479.59 kcal; Białko ogółem: 127.15 g; Tłuszcz: 122.77 g; Kw. tł. nasy.: 32.16 g; Węglowodany ogółem: 293.62 g; W tym cukry: 59.98 g; Błonnik pok.: 32.55 g; Sól: 9.77 g;	Wartość energetyczna: 2348.00 kcal; Białko ogółem: 121.99 g; Tłuszcz: 79.98 g; Kw. tł. nasy.: 40.50 g; Węglowodany ogółem: 427.03 g; W tym cukry: 65.23 g; Błonnik pok.: 24.61 g; Sól: 10.09 g;	Wartość energetyczna: 2512.19 kcal; Białko ogółem: 115.74 g; Tłuszcz: 78.34 g; Kw. tł. nasy.: 40.47 g; Węglowodany ogółem: 363.05 g; W tym cukry: 65.81 g; Błonnik pok.: 24.61 g; Sól: 10.09 g;	Wartość energetyczna: 2686.51 kcal; Białko ogółem: 88.53 g; Tłuszcz: 102.12 g; Kw. tł. nasy.: 52.26 g; Węglowodany ogółem: 258.25 g; W tym cukry: 47.42 g; Błonnik pok.: 23.82 g; Sól: 6.51 g;	Wartość energetyczna: 1967.56 kcal; Białko ogółem: 73.69 g; Tłuszcz: 71.71 g; Kw. tł. nasy.: 31.96 g; Węglowodany ogółem: 258.25 g; W tym cukry: 47.42 g; Błonnik pok.: 15.30 g; Sól: 4.57 g;	Wartość energetyczna: 2773.38 kcal; Białko ogółem: 121.28 g; Tłuszcz: 87.82 g; Kw. tł. nasy.: 41.29 g; Węglowodany ogółem: 377.79 g; W tym cukry: 72.88 g; Błonnik pok.: 22.46 g; Sól: 8.48 g;	Wartość energetyczna: 2919.43 kcal; Białko ogółem: 134.20 g; Tłuszcz: 93.25 g; Kw. tł. nasy.: 46.77 g; Węglowodany ogółem: 391.75 g; W tym cukry: 83.47 g; Błonnik pok.: 25.66 g; Sól: 10.19 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Latwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Latwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.latwo przys.węgl/Latwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Vegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
2024-05-01 środa	Sniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb Graham 70 g (GLU, PSZ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Jabłko 150 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT., GLU, JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT., GLU, JECZ.) Salata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT., GLU, JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT., GLU, JECZ.)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU, OW.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT., GLU, JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT., GLU, JECZ.) Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT., GLU, JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT., GLU, JECZ.) Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT., GLU, JECZ.) Salata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT., GLU, JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT., GLU, JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN					Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko pieczone 150 g	
	Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g (GLU, PSZ, SEL.) Kotlet mielony drobiowy 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (GLU, PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysiwka () 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (GLU, PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - grysiwka () RYD 700 g (GLU, PSZ, JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - grysiwka () RYD 700 g (GLU, PSZ, JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (GLU, PSZ.) Salatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (GLU, PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Zapiekanka z ziemniaków i warzyw () 350 g (JAJ, MLE, SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 100 g (JAJ.) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 100 ml (SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte () (bez glutenu) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysiwka () 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE.)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE.)
	Kolejnia	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Twarożek 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata lodowa 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
PN	Pieczony chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 2 szt (MLE.)		Mleko UHT 200ml. 3,5% tł 1 Por (MLE.)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU, ZYT.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU, ZYT.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.)	Pieczony chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 2 szt (MLE.)	Wafle ryżowe 20 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 2 szt (MLE.)	Pieczony chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 2 szt (MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU, ZYT.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU, ZYT.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.)	
	Wartość energetyczna: 3001,16 kcal; Białko ogółem: 114,67 g; Tłuszcz: 110,03 g; Kw. tł. nasy.: 52,55 g; Węglowodany ogółem: 403,91 g; W tym cukry: 83,84 g; Błonnik pok.: 33,80 g; Sól: 8,78 g;	Wartość energetyczna: 2425,88 kcal; Białko ogółem: 99,33 g; Tłuszcz: 72,21 g; Kw. tł. nasy.: 40,80 g; Węglowodany ogółem: 355,89 g; W tym cukry: 82,98 g; Błonnik pok.: 25,72 g; Sól: 7,65 g;	Wartość energetyczna: 2420,66 kcal; Białko ogółem: 101,39 g; Tłuszcz: 71,73 g; Kw. tł. nasy.: 40,77 g; Węglowodany ogółem: 351,01 g; W tym cukry: 70,62 g; Błonnik pok.: 26,05 g; Sól: 8,59 g;	Wartość energetyczna: 2519,73 kcal; Białko ogółem: 109,58 g; Tłuszcz: 69,47 g; Kw. tł. nasy.: 36,71 g; Węglowodany ogółem: 374,13 g; W tym cukry: 82,31 g; Błonnik pok.: 26,83 g; Sól: 8,11 g;	Wartość energetyczna: 2596,91 kcal; Białko ogółem: 105,31 g; Tłuszcz: 87,58 g; Kw. tł. nasy.: 46,64 g; Węglowodany ogółem: 332,34 g; W tym cukry: 62,39 g; Błonnik pok.: 36,61 g; Sól: 9,75 g;	Wartość energetyczna: 2263,52 kcal; Białko ogółem: 92,77 g; Tłuszcz: 63,30 g; Kw. tł. nasy.: 35,90 g; Węglowodany ogółem: 340,98 g; W tym cukry: 66,11 g; Błonnik pok.: 29,36 g; Sól: 9,48 g;	Wartość energetyczna: 2610,57 kcal; Białko ogółem: 98,60 g; Tłuszcz: 92,28 g; Kw. tł. nasy.: 49,49 g; Węglowodany ogółem: 362,33 g; W tym cukry: 95,00 g; Błonnik pok.: 34,37 g; Sól: 5,78 g;	Wartość energetyczna: 2610,57 kcal; Białko ogółem: 98,60 g; Tłuszcz: 92,28 g; Kw. tł. nasy.: 49,49 g; Węglowodany ogółem: 362,33 g; W tym cukry: 95,00 g; Błonnik pok.: 34,37 g; Sól: 5,78 g;	Wartość energetyczna: 2420,66 kcal; Białko ogółem: 101,39 g; Tłuszcz: 71,73 g; Kw. tł. nasy.: 40,77 g; Węglowodany ogółem: 351,01 g; W tym cukry: 70,62 g; Błonnik pok.: 26,05 g; Sól: 8,59 g;	Wartość energetyczna: 2420,66 kcal; Białko ogółem: 101,39 g; Tłuszcz: 71,73 g; Kw. tł. nasy.: 40,77 g; Węglowodany ogółem: 351,01 g; W tym cukry: 70,62 g; Błonnik pok.: 26,05 g; Sól: 8,59 g;	Wartość energetyczna: 2577,73 kcal; Białko ogółem: 107,69 g; Tłuszcz: 72,18 g; Kw. tł. nasy.: 40,26 g; Węglowodany ogółem: 380,57 g; W tym cukry: 84,73 g; Błonnik pok.: 31,48 g; Sól: 9,86 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Latwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Latwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Vegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Sniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ)	Zacierka na mleku 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Zacierka na mleku 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Zacierka na mleku 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Twarożek 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Twarożek 100 g (MLE.) Sok marchwiowy 200 ml	Zacierka na mleku 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser topiony 50 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Zacierka na mleku 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser topiony 50 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Sok marchwiowy 200 ml
II ŚN						Podpiłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Jabłko pieczone 150 g				Podpiłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (SEL.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Sok pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Surowka z selera i jabłka z olejem () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (SEL.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (SEL.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Sok pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Surowka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (SEL.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Sok pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Surowka z selera i jabłka z olejem () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (SEL.) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g Surowka z selera i jabłka z olejem () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (SEL.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
PD						Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Salatka jarzynowa z olejem () 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salatka jarzynowa z olejem () 100 g (SEL.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Jarzynowa z makaronem, dieła () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salatka jarzynowa z olejem () 100 g (SEL.)	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (GLUPSZ, JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Salatka jarzynowa z olejem () 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Salatka jarzynowa z olejem () 100 g (SEL.)	Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Risotto warzywno-ziemniaczane z tofu() 350 g (SOJ, SEL.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Surowka z selera i jabłka z olejem () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Salatka jarzynowa z olejem () 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	
PN	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Podpiłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.)	Podpiłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.)	Wafle ryżowe 20 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.)	Podpiłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.)	
	Wartość energetyczna: 2778.38 kcal; Białko ogółem: 111.02 g; Tłuszcz: 94.34 g; Kw. tł. nasy.: 43.52 g; Węglowodany ogółem: 389.74 g; W tym cukry: 71.79 g; Błonnik pok.: 40.04 g; Sól: 8.44 g;	Wartość energetyczna: 2736.84 kcal; Białko ogółem: 108.07 g; Tłuszcz: 97.47 g; Kw. tł. nasy.: 42.86 g; Węglowodany ogółem: 368.93 g; W tym cukry: 68.78 g; Błonnik pok.: 26.91 g; Sól: 6.81 g;	Wartość energetyczna: 2764.44 kcal; Białko ogółem: 107.66 g; Tłuszcz: 97.14 g; Kw. tł. nasy.: 42.75 g; Węglowodany ogółem: 375.17 g; W tym cukry: 76.14 g; Błonnik pok.: 27.26 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 2793.14 kcal; Białko ogółem: 112.92 g; Tłuszcz: 90.33 g; Kw. tł. nasy.: 38.14 g; Węglowodany ogółem: 392.55 g; W tym cukry: 79.42 g; Błonnik pok.: 31.45 g; Sól: 6.40 g;	Wartość energetyczna: 2490.34 kcal; Białko ogółem: 128.22 g; Tłuszcz: 117.06 g; Kw. tł. nasy.: 28.07 g; Węglowodany ogółem: 239.64 g; W tym cukry: 96.10 g; Błonnik pok.: 23.47 g; Sól: 4.19 g;	Wartość energetyczna: 2335.58 kcal; Białko ogółem: 98.23 g; Tłuszcz: 88.77 g; Kw. tł. nasy.: 40.31 g; Węglowodany ogółem: 303.19 g; W tym cukry: 31.43 g; Błonnik pok.: 37.27 g; Sól: 8.14 g;	Wartość energetyczna: 2456.41 kcal; Białko ogółem: 91.37 g; Tłuszcz: 89.47 g; Kw. tł. nasy.: 39.68 g; Węglowodany ogółem: 333.80 g; W tym cukry: 56.09 g; Błonnik pok.: 31.61 g; Sól: 7.74 g;	Wartość energetyczna: 2947.67 kcal; Białko ogółem: 2251.67 kcal; Białko ogółem: 96.17 g; Tłuszcz: 116.00 g; Kw. tł. nasy.: 42.83 g; Węglowodany ogółem: 294.08 g; W tym cukry: 72.93 g; Błonnik pok.: 38.40 g; Sól: 9.20 g;	Wartość energetyczna: 2251.67 kcal; Białko ogółem: 71.25 g; Tłuszcz: 90.89 g; Kw. tł. nasy.: 35.79 g; Węglowodany ogółem: 294.08 g; W tym cukry: 44.05 g; Błonnik pok.: 21.16 g; Sól: 3.50 g;	Wartość energetyczna: 2700.06 kcal; Białko ogółem: 96.05 g; Tłuszcz: 101.18 g; Kw. tł. nasy.: 48.54 g; Węglowodany ogółem: 358.57 g; W tym cukry: 70.77 g; Błonnik pok.: 25.75 g; Sól: 7.64 g;	Wartość energetyczna: 2715.03 kcal; Białko ogółem: 97.84 g; Tłuszcz: 101.56 g; Kw. tł. nasy.: 49.61 g; Węglowodany ogółem: 360.50 g; W tym cukry: 52.62 g; Błonnik pok.: 28.14 g; Sól: 8.90 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Latwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Latwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Vegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE , Chleb Graham 70 g (GLU PSZ , Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT , Masło 83% tł. 20 g (MLE), Dżem brzoskwinowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ , Jabłko 150 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE),	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT , Masło 83% tł. 20 g (MLE), Dżem brzoskwinowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ , Jabłko 150 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE),	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT , Masło 83% tł. 20 g (MLE), Dżem brzoskwinowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ , Jabłko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE),	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ , Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ , Serek homo. naturalny 50 g (MLE),	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (GLU PSZ, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ , Serek homo. naturalny 50 g (MLE),	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ , Masło 83% tł. 20 g (MLE), Ser żółty 50 g (MLE), Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ , Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Masło 83% tł. 20 g (MLE), Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE), Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ , Jabłko pieczone 150 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Masło 83% tł. 20 g (MLE), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT , Dżem brzoskwinowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ , Jabłko 150 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE),	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE), Dżem brzoskwinowy 60 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko 150 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE),	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT , Masło 83% tł. 20 g (MLE), Dżem brzoskwinowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ , Jabłko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE),	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Masło 83% tł. 20 g (MLE), Ser żółty 50 g (MLE), Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ , Jabłko pieczone 150 g
II ŚN						Jabłko 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE),				Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE),
Obiad	Dyniowa z makaronem () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL , Ziemniaki gotowane () 200 g Szpinał gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ , Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL , Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB , Szpinał gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ , Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL , Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB , Szos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL , Szpinał gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ , Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - dyniowa z makaronem () RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL , Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL , Ziemniaki gotowane () 200 g Pomidor 80 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB , Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinał gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ , Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL , Ziemniaki gotowane () 200 g Pomidor 80 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB , Sałatka z kapusty czerwonej z olejem* 200 g (GLU PSZ , Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL , Ziemniaki gotowane () 200 g Kwitki gryczane z cebulką i twarogiem 350 g (GLU PSZ, JAJ, MLE , Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL , Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB , Szpinał gotowany z olejem (bez glutenu)* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL , Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB , Szpinał gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ , Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE),					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE),
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT , Masło 83% tł. 20 g (MLE), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ , Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT , Masło 83% tł. 20 g (MLE), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ , Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT , Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ , Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL , Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ , Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ , Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL , Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200ml	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (JAJ, SEL , Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ , Masło 83% tł. 20 g (MLE), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ , Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ , Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200ml	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT , Masło 83% tł. 20 g (MLE), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ , Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Salata zielona 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ , Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT , Masło 83% tł. 20 g (MLE), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ , Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Masło 83% tł. 20 g (MLE), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ , Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200ml
PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE),					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE , Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE),	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT , Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE),	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE),		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT , Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE),	
	Wartość energetyczna: 2707,95 kcal; Białko ogółem: 110,75 g; Tłuszcz: 90,84 g; Kw. tł. nasy.: 40,43 g; Węglowodany ogółem: 374,96 g; W tym cukry: 92,72 g; Błonnik pok.: 31,26 g; Sól: 6,30 g;	Wartość energetyczna: 2493,74 kcal; Białko ogółem: 108,38 g; Tłuszcz: 80,16 g; Kw. tł. nasy.: 39,52 g; Węglowodany ogółem: 345,13 g; W tym cukry: 79,91 g; Błonnik pok.: 24,98 g; Sól: 6,26 g;	Wartość energetyczna: 2472,04 kcal; Białko ogółem: 110,26 g; Tłuszcz: 75,85 g; Kw. tł. nasy.: 36,68 g; Węglowodany ogółem: 348,83 g; W tym cukry: 81,34 g; Błonnik pok.: 26,14 g; Sól: 8,39 g;	Wartość energetyczna: 2630,98 kcal; Białko ogółem: 111,69 g; Tłuszcz: 75,45 g; Kw. tł. nasy.: 36,28 g; Węglowodany ogółem: 389,04 g; W tym cukry: 84,94 g; Błonnik pok.: 27,08 g; Sól: 8,29 g;	Wartość energetyczna: 2602,65 kcal; Białko ogółem: 131,00 g; Tłuszcz: 124,44 g; Kw. tł. nasy.: 32,73 g; Węglowodany ogółem: 249,78 g; W tym cukry: 108,95 g; Błonnik pok.: 23,58 g; Sól: 5,19 g;	Wartość energetyczna: 2382,80 kcal; Białko ogółem: 113,79 g; Tłuszcz: 90,06 g; Kw. tł. nasy.: 47,25 g; Węglowodany ogółem: 295,68 g; W tym cukry: 68,11 g; Błonnik pok.: 32,69 g; Sól: 6,94 g;	Wartość energetyczna: 2408,20 kcal; Białko ogółem: 98,20 g; Tłuszcz: 98,33 g; Kw. tł. nasy.: 37,63 g; Węglowodany ogółem: 323,00 g; W tym cukry: 69,49 g; Błonnik pok.: 25,10 g; Sól: 8,26 g;	Wartość energetyczna: 2750,02 kcal; Białko ogółem: 98,20 g; Tłuszcz: 98,33 g; Kw. tł. nasy.: 42,27 g; Węglowodany ogółem: 380,09 g; W tym cukry: 96,44 g; Błonnik pok.: 30,93 g; Sól: 5,48 g;	Wartość energetyczna: 2041,43 kcal; Białko ogółem: 106,68 g; Tłuszcz: 74,05 g; Kw. tł. nasy.: 32,28 g; Węglowodany ogółem: 275,75 g; W tym cukry: 53,12 g; Błonnik pok.: 16,61 g; Sól: 2,46 g;	Wartość energetyczna: 2489,42 kcal; Białko ogółem: 136,03 g; Tłuszcz: 79,34 g; Kw. tł. nasy.: 38,17 g; Węglowodany ogółem: 348,03 g; W tym cukry: 80,81 g; Błonnik pok.: 25,76 g; Sól: 7,21 g;	Wartość energetyczna: 2844,66 kcal; Białko ogółem: 136,03 g; Tłuszcz: 102,29 g; Kw. tł. nasy.: 51,47 g; Węglowodany ogółem: 358,02 g; W tym cukry: 81,01 g; Błonnik pok.: 28,19 g; Sól: 9,75 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Latwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Latwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Vegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
2024-05-04 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane,wędz,parz w osłonce niejadalnej) 140g (GLU PSZ) Musztarda 20 g (GOR.) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonej kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50g (GLU PSZ, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonej kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50g (GLU PSZ, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Bułka pszenno-żytnia krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonej kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50g (GLU PSZ, GLU ZYT, GLU JECZ.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonej kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50g (GLU PSZ, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonej kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50g (GLU PSZ, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Tofu 50 g (SOJ.) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonej kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50g (GLU PSZ, GLU ZYT, GLU JECZ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkami surowców wiewprzowych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkami surowców wiewprzowych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE.)										Jabłko pieczone 150 g
2024-05-04 sobota	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU PSZ, SEL.) Bitka wołowa 100 g (GLU PSZ, SEL.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU PSZ, SEL.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU PSZ, SEL.) Bitka wołowa -zmielona 100 g (GLU PSZ, SEL.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - selerowa z ziemniakami () RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU PSZ, SEL.) Bitka wołowa 100 g (GLU PSZ, SEL.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU PSZ, SEL.) Bitka wołowa 100 g (GLU PSZ, SEL.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna z Kaszotto jęczmiennie z warzywami i soczewicą vegetariańskie () 350 g (GLU PSZ, SEL.) Sałata z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Bitka wołowa (bez glutenu) 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU PSZ, SEL.) Bitka wołowa 100 g (GLU PSZ, SEL.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU PSZ, SEL.) Bitka wołowa 100 g (GLU PSZ, SEL.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml										Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
2024-05-04 sobota	Kolejnia	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 80 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (SEL.)	Bułka pszenno-żytnia krojona 100 g (GLU PSZ, SEL.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (SEL.)	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, SEL.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (SEL.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 80 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (SEL.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (SEL.)
		Mus owocowo-warzynny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt						Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE.) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)	Mus owocowo-warzynny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)
	Wartość energetyczna: 2890,40 kcal; Białko ogółem: 120,01 g; Tłuszcz: 107,66 g; Kw. tł. nasy.: 43,17 g; Węglowodany ogółem: 375,16 g; W tym cukry: 67,36 g; Błonnik pok.: 36,29 g; Sol: 10,67 g;	Wartość energetyczna: 2529,28 kcal; Białko ogółem: 101,69 g; Tłuszcz: 85,76 g; Kw. tł. nasy.: 35,98 g; Węglowodany ogółem: 368,41 g; W tym cukry: 70,11 g; Błonnik pok.: 32,46 g; Sol: 8,35 g;	Wartość energetyczna: 2607,87 kcal; Białko ogółem: 100,84 g; Tłuszcz: 87,00 g; Kw. tł. nasy.: 36,04 g; Węglowodany ogółem: 368,41 g; W tym cukry: 86,98 g; Błonnik pok.: 31,68 g; Sol: 8,43 g;	Wartość energetyczna: 2637,71 kcal; Białko ogółem: 107,85 g; Tłuszcz: 75,44 g; Kw. tł. nasy.: 34,60 g; Węglowodany ogółem: 368,41 g; W tym cukry: 95,88 g; Błonnik pok.: 32,83 g; Sol: 8,18 g;	Wartość energetyczna: 2469,52 kcal; Białko ogółem: 122,34 g; Tłuszcz: 116,04 g; Kw. tł. nasy.: 27,80 g; Węglowodany ogółem: 395,95 g; W tym cukry: 97,42 g; Błonnik pok.: 25,22 g; Sol: 4,31 g;	Wartość energetyczna: 2428,74 kcal; Białko ogółem: 115,19 g; Tłuszcz: 85,08 g; Kw. tł. nasy.: 37,11 g; Węglowodany ogółem: 317,67 g; W tym cukry: 61,02 g; Błonnik pok.: 37,15 g; Sol: 9,91 g;	Wartość energetyczna: 2533,74 kcal; Białko ogółem: 104,49 g; Tłuszcz: 87,27 g; Kw. tł. nasy.: 37,37 g; Węglowodany ogółem: 344,60 g; W tym cukry: 69,23 g; Błonnik pok.: 34,57 g; Sol: 9,75 g;	Wartość energetyczna: 2499,28 kcal; Białko ogółem: 85,76 g; Tłuszcz: 82,89 g; Kw. tł. nasy.: 33,09 g; Węglowodany ogółem: 282,27 g; W tym cukry: 71,43 g; Błonnik pok.: 39,02 g; Sol: 5,23 g;	Wartość energetyczna: 2106,18 kcal; Białko ogółem: 68,18 g; Tłuszcz: 81,32 g; Kw. tł. nasy.: 36,82 g; Węglowodany ogółem: 374,05 g; W tym cukry: 44,84 g; Błonnik pok.: 23,37 g; Sol: 4,66 g;	Wartość energetyczna: 2659,39 kcal; Białko ogółem: 109,52 g; Tłuszcz: 86,19 g; Kw. tł. nasy.: 36,82 g; Węglowodany ogółem: 374,05 g; W tym cukry: 93,09 g; Błonnik pok.: 32,30 g; Sol: 7,06 g;	Wartość energetyczna: 2857,28 kcal; Białko ogółem: 120,50 g; Tłuszcz: 89,97 g; Kw. tł. nasy.: 39,85 g; Węglowodany ogółem: 405,63 g; W tym cukry: 98,09 g; Błonnik pok.: 38,99 g; Sol: 8,58 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Latwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Latwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Vegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
Śniadanie	Chleb Graham 70 g (GLU PSZ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Salami kiełbasa w pieprzowo-wolowa drobno rozdrobniona surowo wędzona,dojrzejawiająca, wędzona. 50 g (SOJ, SEL, GOR) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa w pieprzowo,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa w pieprzowo,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa w pieprzowo,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU OW.) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa w pieprzowo,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa w pieprzowo,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynka sołtysa w pieprzowo,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa w pieprzowo,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa w pieprzowo,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g
II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml										Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	
Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Surówka wielowarzynna z olejem () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z warzywami () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzynna z olejem b/c () 100 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 200 g Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 200 g Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 200 g Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)										Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (MLE) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	
PN	Mus owocowo-warzynny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE) Mus owocowo-warzynny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mus owocowo-warzynny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowo-warzynny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mus owocowo-warzynny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2352,57 kcal; Białko ogółem: 106,85 g; Tłuszcz: 93,82 g; Kw. tł. nasy.: 42,07 g; Węglowodany ogółem: 281,74 g; W tym cukry: 52,74 g; Błonnik pok.: 26,75 g; Sól: 7,45 g;	Wartość energetyczna: 2119,93 kcal; Białko ogółem: 85,80 g; Tłuszcz: 58,45 g; Kw. tł. nasy.: 36,70 g; Węglowodany ogółem: 264,52 g; W tym cukry: 42,18 g; Błonnik pok.: 22,68 g; Sól: 6,69 g;	Wartość energetyczna: 2009,28 kcal; Białko ogółem: 85,80 g; Tłuszcz: 69,78 g; Kw. tł. nasy.: 31,96 g; Węglowodany ogółem: 296,06 g; W tym cukry: 46,71 g; Błonnik pok.: 28,14 g; Sól: 7,39 g;	Wartość energetyczna: 2456,37 kcal; Białko ogółem: 113,74 g; Tłuszcz: 69,78 g; Kw. tł. nasy.: 36,91 g; Węglowodany ogółem: 356,95 g; W tym cukry: 67,38 g; Błonnik pok.: 32,03 g; Sól: 7,54 g;	Wartość energetyczna: 2524,75 kcal; Białko ogółem: 120,24 g; Tłuszcz: 82,51 g; Kw. tł. nasy.: 28,52 g; Węglowodany ogółem: 244,52 g; W tym cukry: 96,12 g; Błonnik pok.: 23,54 g; Sól: 4,16 g;	Wartość energetyczna: 2297,67 kcal; Białko ogółem: 120,24 g; Tłuszcz: 82,51 g; Kw. tł. nasy.: 39,81 g; Węglowodany ogółem: 282,36 g; W tym cukry: 52,01 g; Błonnik pok.: 31,72 g; Sól: 7,51 g;	Wartość energetyczna: 2195,75 kcal; Białko ogółem: 93,94 g; Tłuszcz: 61,83 g; Kw. tł. nasy.: 34,82 g; Węglowodany ogółem: 327,91 g; W tym cukry: 51,85 g; Błonnik pok.: 30,55 g; Sól: 8,94 g;	Wartość energetyczna: 2111,60 kcal; Białko ogółem: 84,97 g; Tłuszcz: 70,55 g; Kw. tł. nasy.: 39,24 g; Węglowodany ogółem: 287,81 g; W tym cukry: 52,37 g; Błonnik pok.: 31,21 g; Sól: 6,52 g;	Wartość energetyczna: 1965,89 kcal; Białko ogółem: 84,97 g; Tłuszcz: 76,09 g; Kw. tł. nasy.: 33,63 g; Węglowodany ogółem: 239,26 g; W tym cukry: 33,52 g; Błonnik pok.: 17,22 g; Sól: 3,59 g;	Wartość energetyczna: 2209,82 kcal; Białko ogółem: 95,42 g; Tłuszcz: 84,26 g; Kw. tł. nasy.: 42,62 g; Węglowodany ogółem: 276,97 g; W tym cukry: 39,10 g; Błonnik pok.: 24,34 g; Sól: 8,46 g;	Wartość energetyczna: 2431,79 kcal; Białko ogółem: 112,27 g; Tłuszcz: 89,91 g; Kw. tł. nasy.: 43,69 g; Węglowodany ogółem: 304,01 g; W tym cukry: 37,94 g; Błonnik pok.: 26,76 g; Sól: 9,81 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Latwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Latwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-05-06 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb Graham 70 g (GLU PSZ), Kasza pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyngowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Ogórek kiszony 90 g, Rukola 10 g, Kawa zbożowa z mlekciem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT), Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyngowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Salata zielona 20 g, Pomidor 80 g, Kawa zbożowa z mlekciem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT), Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyngowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Salata zielona 20 g, Pomidor 80 g, Kawa zbożowa z mlekciem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyngowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Kawa zbożowa z mlekciem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.), Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE), Kawa zbożowa z mlekciem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyngowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Rukola 10 g, Ogórek kiszony 90 g, Kawa zbożowa z mlekciem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.), Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyngowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Kawa zbożowa z mlekciem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.), Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT), Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ), Ogórek kiszony 90 g, Kawa zbożowa z mlekciem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.), Rukola 10 g	Chleb bezglutenowy 100 g, Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyngowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Salata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT), Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyngowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Kawa zbożowa z mlekciem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.), Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyngowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Kawa zbożowa z mlekciem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.), Sok marchwiowy 200 ml
	II SN	Kisiel o smaku malinowym b/c 200 ml									
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek () z/c 80 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - barszcz czerwony z ziemniakami () RYD 700 g (JAJ, SEL.), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ryż na sypko (brązowy) 200 g, Mus z jabłek () b/c 80 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek () z/c 80 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek () z/c 80 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek () z/c 80 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek () z/c 80 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek () z/c 80 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE)									
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT), Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Ser żółty 50 g (MLE), Pomidor 80 g, Salata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT), Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Serek homo. naturalny 100 g (MLE), Pomidor 80 g, Salata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT), Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Serek homo. naturalny 100 g (MLE), Jarczynowa z makaronem dieta () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Serek homo. naturalny 100 g (MLE), Jarczynowa z makaronem dieta () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarczynowa z makaronem () RYD 700 g (GLUPSZ, JAJ, SEL.), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Ser żółty 50 g (MLE), Pomidor 80 g, Salata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Serek homo. naturalny 100 g (MLE), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml, Sok pomidorowy 200 ml	Chleb bezglutenowy 100 g, Masło 83% tł. 20 g (MLE), Serek homo. naturalny 100 g (MLE), Pomidor 80 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT), Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Ser żółty 50 g (MLE), Pomidor 80 g, Salata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Serek homo. naturalny 100 g (MLE), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml, Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g, Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE)			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE), Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT), Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g, Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE)	Wafle ryżowe 20 g, Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g, Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT), Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE)
		Wartość energetyczna: 2413.13 kcal; Białko ogółem: 83.04 g; Tłuszcz: 79.79 g; Kw. tł. nasy.: 46.95 g; Węglowodany ogółem: 348.82 g; W tym cukry: 63.96 g; Błonnik pok.: 25.68 g; Sól: 8.72 g;	Wartość energetyczna: 2289.65 kcal; Białko ogółem: 80.69 g; Tłuszcz: 65.88 g; Kw. tł. nasy.: 36.64 g; Węglowodany ogółem: 351.33 g; W tym cukry: 65.87 g; Błonnik pok.: 19.13 g; Sól: 6.11 g;	Wartość energetyczna: 2336.01 kcal; Białko ogółem: 81.38 g; Tłuszcz: 65.84 g; Kw. tł. nasy.: 36.62 g; Węglowodany ogółem: 360.84 g; W tym cukry: 75.66 g; Błonnik pok.: 20.29 g; Sól: 7.28 g;	Wartość energetyczna: 2443.85 kcal; Białko ogółem: 91.37 g; Tłuszcz: 66.74 g; Kw. tł. nasy.: 36.38 g; Węglowodany ogółem: 377.47 g; W tym cukry: 88.34 g; Błonnik pok.: 21.51 g; Sól: 6.96 g;	Wartość energetyczna: 2571.78 kcal; Białko ogółem: 131.17 g; Tłuszcz: 123.23 g; Kw. tł. nasy.: 32.27 g; Węglowodany ogółem: 244.35 g; W tym cukry: 110.22 g; Błonnik pok.: 21.98 g; Sól: 4.46 g;	Wartość energetyczna: 2092.98 kcal; Białko ogółem: 79.62 g; Tłuszcz: 77.50 g; Kw. tł. nasy.: 46.18 g; Węglowodany ogółem: 280.94 g; W tym cukry: 35.74 g; Błonnik pok.: 30.48 g; Sól: 8.80 g;	Wartość energetyczna: 2112.61 kcal; Białko ogółem: 75.00 g; Tłuszcz: 63.34 g; Kw. tł. nasy.: 36.03 g; Węglowodany ogółem: 318.31 g; W tym cukry: 46.97 g; Błonnik pok.: 21.91 g; Sól: 8.33 g;	Wartość energetyczna: 2397.37 kcal; Białko ogółem: 76.66 g; Tłuszcz: 81.72 g; Kw. tł. nasy.: 47.65 g; Węglowodany ogółem: 347.21 g; W tym cukry: 62.85 g; Błonnik pok.: 18.30 g; Sól: 2.37 g;	Wartość energetyczna: 1866.52 kcal; Białko ogółem: 47.72 g; Tłuszcz: 60.79 g; Kw. tł. nasy.: 29.72 g; Węglowodany ogółem: 285.62 g; W tym cukry: 41.23 g; Błonnik pok.: 13.75 g; Sól: 6.16 g;	Wartość energetyczna: 2476.14 kcal; Białko ogółem: 77.69 g; Tłuszcz: 76.71 g; Kw. tł. nasy.: 45.74 g; Węglowodany ogółem: 377.70 g; W tym cukry: 74.91 g; Błonnik pok.: 22.25 g; Sól: 9.55 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Latwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Latwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.weg./Latwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Vegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
II SN	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb Graham 70 g (GLU, PSZ, SEL.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurzej skórki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Rzodkiew biała 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurzej skórki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurzej skórki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU, JECZ.) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Pierś delikatna z kurzej skórki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Rzodkiew biała 80 g Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Pierś delikatna z kurzej skórki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Rzodkiew biała 80 g Sałata lodowa 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Tofu 50 g (SOJ.) Rzodkiew biała 80 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sałata lodowa 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurzej skórki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurzej skórki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurzej skórki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml
		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)									
Oliad	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z zacierką () RYD 700 g (GLU, PSZ, JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 100 g Surowka wykwinna z olejem b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Surowka wykwinna z olejem b/c 200 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml									
Kolajeja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek naturalny Bieluch 100 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, SEL.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Rzodkiew biała 80 g (MLE.) Serek naturalny Bieluch 100 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek naturalny Bieluch 100 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	
		Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt									
PN	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt			Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU, PSZ, MLE.) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU, ZYT.) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU, ZYT.) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2426.73 kcal; Białko ogółem: 105.67 g; Tłuszcz: 84.05 g; Kw. tł. nasy.: 34.61 g; Węglowodany ogółem: 325.62 g; W tym cukry: 72.07 g; Błonnik pok.: 28.94 g; Sól: 7.05 g;	Wartość energetyczna: 2270.51 kcal; Białko ogółem: 100.99 g; Tłuszcz: 68.18 g; Kw. tł. nasy.: 33.51 g; Węglowodany ogółem: 326.92 g; W tym cukry: 76.78 g; Błonnik pok.: 29.07 g; Sól: 7.45 g;	Wartość energetyczna: 2459.89 kcal; Białko ogółem: 107.49 g; Tłuszcz: 76.63 g; Kw. tł. nasy.: 37.56 g; Węglowodany ogółem: 349.59 g; W tym cukry: 91.09 g; Błonnik pok.: 31.39 g; Sól: 8.20 g;	Wartość energetyczna: 2591.24 kcal; Białko ogółem: 113.37 g; Tłuszcz: 76.26 g; Kw. tł. nasy.: 37.13 g; Węglowodany ogółem: 378.31 g; W tym cukry: 94.68 g; Błonnik pok.: 32.17 g; Sól: 7.92 g;	Wartość energetyczna: 2513.58 kcal; Białko ogółem: 127.28 g; Tłuszcz: 118.07 g; Kw. tł. nasy.: 28.35 g; Węglowodany ogółem: 245.15 g; W tym cukry: 96.00 g; Błonnik pok.: 25.75 g; Sól: 4.97 g;	Wartość energetyczna: 2159.43 kcal; Białko ogółem: 103.74 g; Tłuszcz: 71.71 g; Kw. tł. nasy.: 32.68 g; Węglowodany ogółem: 290.56 g; W tym cukry: 52.44 g; Błonnik pok.: 36.87 g; Sól: 6.98 g;	Wartość energetyczna: 2348.37 kcal; Białko ogółem: 103.14 g; Tłuszcz: 71.73 g; Kw. tł. nasy.: 36.21 g; Węglowodany ogółem: 335.65 g; W tym cukry: 68.59 g; Błonnik pok.: 33.83 g; Sól: 5.92 g;	Wartość energetyczna: 2560.75 kcal; Białko ogółem: 79.17 g; Tłuszcz: 111.01 g; Kw. tł. nasy.: 37.91 g; Węglowodany ogółem: 257.54 g; W tym cukry: 89.45 g; Błonnik pok.: 29.42 g; Sól: 5.92 g;	Wartość energetyczna: 1814.15 kcal; Białko ogółem: 64.92 g; Tłuszcz: 61.65 g; Kw. tł. nasy.: 26.23 g; Węglowodany ogółem: 343.89 g; W tym cukry: 51.44 g; Błonnik pok.: 20.72 g; Sól: 3.64 g;	Wartość energetyczna: 2339.39 kcal; Białko ogółem: 100.84 g; Tłuszcz: 68.73 g; Kw. tł. nasy.: 33.56 g; Węglowodany ogółem: 343.89 g; W tym cukry: 91.09 g; Błonnik pok.: 31.39 g; Sól: 8.38 g;	Wartość energetyczna: 2546.76 kcal; Białko ogółem: 119.42 g; Tłuszcz: 73.86 g; Kw. tł. nasy.: 34.63 g; Węglowodany ogółem: 365.83 g; W tym cukry: 78.93 g; Błonnik pok.: 36.78 g; Sól: 9.73 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Vegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
2024-05-08 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb Graham 70 g (GLU, PSZ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser topiony 50 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU, OW.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser topiony 50 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Ser topiony 50 g (MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN						Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
2024-05-08 środa	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (GLU, PSZ, SEL, GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (GLU, PSZ, JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa (bez glutenu) 100 g (JAJ.) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 100 ml (SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL.) Ryz na sypko 200 g Curry warzywne z ciecierzyca (glutenu) 100 g (JAJ.) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 100 ml (SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (GLU, PSZ, SEL, GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (GLU, PSZ, SEL, GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE.)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE.)
2024-05-08 środa	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Papyrkarz szczeciński 100 g (RYB, SOJ.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (SEL.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Jarzynowa z makaronem () 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (SEL.)	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (GLU, PSZ, JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Papyrkarz szczeciński 100 g (RYB, SOJ.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (SEL.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (SEL.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (SEL.)	
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU, PSZ, MLE.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU, ZYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU, ZYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)
	Wartość energetyczna: 2798,27 kcal; Białko ogółem: 105,13 g; Tłuszcz: 112,50 g; Kw. tł. nasy.: 50,30 g; Węglowodany ogółem: 357,73 g; W tym cukry: 74,53 g; Błonnik pok.: 34,37 g; Sól: 10,68 g;	Wartość energetyczna: 2547,33 kcal; Białko ogółem: 105,94 g; Tłuszcz: 86,12 g; Kw. tł. nasy.: 40,09 g; Węglowodany ogółem: 345,38 g; W tym cukry: 67,99 g; Błonnik pok.: 24,42 g; Sól: 6,98 g;	Wartość energetyczna: 2536,79 kcal; Białko ogółem: 107,28 g; Tłuszcz: 91,48 g; Kw. tł. nasy.: 40,46 g; Węglowodany ogółem: 356,69 g; W tym cukry: 74,23 g; Błonnik pok.: 29,38 g; Sól: 8,43 g;	Wartość energetyczna: 2746,19 kcal; Białko ogółem: 114,22 g; Tłuszcz: 91,31 g; Kw. tł. nasy.: 40,05 g; Węglowodany ogółem: 378,63 g; W tym cukry: 78,50 g; Błonnik pok.: 30,60 g; Sól: 8,16 g;	Wartość energetyczna: 2581,86 kcal; Białko ogółem: 108,54 g; Tłuszcz: 90,92 g; Kw. tł. nasy.: 39,56 g; Węglowodany ogółem: 351,20 g; W tym cukry: 70,77 g; Błonnik pok.: 33,90 g; Sól: 9,03 g;	Wartość energetyczna: 2592,22 kcal; Białko ogółem: 108,54 g; Tłuszcz: 90,92 g; Kw. tł. nasy.: 39,56 g; Węglowodany ogółem: 351,20 g; W tym cukry: 70,77 g; Błonnik pok.: 33,90 g; Sól: 9,03 g;	Wartość energetyczna: 2622,93 kcal; Białko ogółem: 100,87 g; Tłuszcz: 87,00 g; Kw. tł. nasy.: 44,12 g; Węglowodany ogółem: 369,55 g; W tym cukry: 74,81 g; Błonnik pok.: 29,72 g; Sól: 8,09 g;	Wartość energetyczna: 2536,71 kcal; Białko ogółem: 85,04 g; Tłuszcz: 91,17 g; Kw. tł. nasy.: 44,12 g; Węglowodany ogółem: 358,49 g; W tym cukry: 77,77 g; Błonnik pok.: 31,19 g; Sól: 8,09 g;	Wartość energetyczna: 2126,38 kcal; Białko ogółem: 75,33 g; Tłuszcz: 86,07 g; Kw. tł. nasy.: 34,06 g; Węglowodany ogółem: 263,71 g; W tym cukry: 42,41 g; Błonnik pok.: 13,29 g; Sól: 3,17 g;	Wartość energetyczna: 2727,69 kcal; Białko ogółem: 100,62 g; Tłuszcz: 110,65 g; Kw. tł. nasy.: 50,42 g; Węglowodany ogółem: 343,15 g; W tym cukry: 75,28 g; Błonnik pok.: 29,81 g; Sól: 10,16 g;	Wartość energetyczna: 2999,98 kcal; Białko ogółem: 109,13 g; Tłuszcz: 115,05 g; Kw. tł. nasy.: 53,88 g; Węglowodany ogółem: 393,60 g; W tym cukry: 92,47 g; Błonnik pok.: 32,27 g; Sól: 11,69 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Vegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c		
Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU,PSZ,MLE), Chleb Graham 70 g (GLU,PSZ), Kasza pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU,PSZ,GLU,ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (MLE), Pomidor 90 g, Roszponka 10 g, Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE,GLU,ZYT,GLU,JECZ).	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU,PSZ,MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU,PSZ,GLU,ZYT), Kasza pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU,PSZ,GLU,ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE,GLU,ZYT,GLU,JECZ), Twarożek 100 g (MLE), Pomidor 90 g, Roszponka 10 g	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU,PSZ,MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU,PSZ,GLU,ZYT), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU,PSZ,GLU,ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Twarożek 100 g (MLE), Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE,GLU,ZYT,GLU,JECZ), Sok pomidorowy 200 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU,PSZ,MLE), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU,PSZ), Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE,GLU,ZYT,GLU,JECZ), Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE,GLU,ZYT,GLU,JECZ), Twarożek 100 g (MLE), Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (GLU,PSZ,MLE), Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE,GLU,ZYT,GLU,JECZ)	Chleb Graham 100 g (GLU,PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (MLE,GLU,ZYT,GLU,JECZ), Twarożek 100 g (MLE), Pomidor 90 g, Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU,PSZ,GLU,ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (MLE,GLU,ZYT,GLU,JECZ), Twarożek 100 g (MLE), Sok pomidorowy 200 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU,PSZ,MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU,PSZ,GLU,ZYT), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU,PSZ,GLU,ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE,GLU,ZYT,GLU,JECZ), Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (MLE), Pomidor 90 g, Roszponka 10 g	Chleb bezglutenowy 100 g, Masło 83% tł. 20 g (MLE), Twarożek 100 g (MLE), Pomidor 90 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Roszponka 10 g	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU,PSZ,MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU,PSZ,GLU,ZYT), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU,PSZ,GLU,ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (MLE), Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE,GLU,ZYT,GLU,JECZ), Sok pomidorowy 200 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU,PSZ,MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU,PSZ,GLU,ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (MLE,GLU,ZYT,GLU,JECZ), Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (MLE), Sok pomidorowy 200 ml		
II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml										Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		
Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (GLUPSZ,MLE,SEL), Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU,PSZ), Pieczeń wołowa 100 g, Sos własny () 100 ml (GLU,PSZ,SEL), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (GLUPSZ,MLE,SEL), Makaron 200 g (GLU,PSZ), Pieczeń wołowa 100 g, Sos własny () 100 ml (GLU,PSZ,SEL), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (GLUPSZ,MLE,SEL), Makaron 200 g (GLU,PSZ), Pieczeń wołowa 100 g, Sos własny () 100 ml (GLU,PSZ,SEL), Brokuł gotowany* 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (GLUPSZ,MLE,SEL), Makaron 200 g (GLU,PSZ), Pieczeń wołowa (zmielona) 100 g, Sos własny () 100 ml (GLU,PSZ,SEL), Brokuł gotowany* 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - szpinakowa z ziemniakami () RYD 700 g (JAJ,SEL), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (GLUPSZ,MLE,SEL), Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU,PSZ), Pieczeń wołowa 100 g, Sos własny () 100 ml (GLU,PSZ,SEL), Brokuł gotowany* 100 g, Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem () 100 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (GLU,PSZ,MLE,SEL), Makaron 200 g (GLU,PSZ), Pieczeń wołowa 100 g, Sos własny () 100 ml (GLU,PSZ,SEL), Brokuł gotowany* 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (GLU,PSZ,MLE,SEL), Frittata z jajkiem 350 g (JAJ,MLE,SEL), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (MLE,SEL), Makaron bezglutenowy 200 g, Pieczeń wołowa 100 g, Sos własny () 100 ml (GLU,PSZ,SEL), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (GLU,PSZ,MLE,SEL), Makaron 200 g (GLU,PSZ), Pieczeń wołowa 100 g, Sos własny () 100 ml (GLU,PSZ,SEL), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (GLU,PSZ,MLE,SEL), Makaron 200 g (GLU,PSZ), Pieczeń wołowa 100 g, Sos własny () 100 ml (GLU,PSZ,SEL), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
PD	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE)										Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE)		
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU,PSZ,GLU,ZYT), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU,PSZ,GLU,ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Pasztet z fasoli () 70 g (GLU,PSZ,JAJ), Sałata zielona 20 g, Pomidor 80 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU,PSZ,GLU,ZYT), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU,PSZ,GLU,ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Sałata zielona 20 g, Pomidor 80 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU,PSZ,GLU,ZYT), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU,PSZ,GLU,ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Ziemniaczana () 400 ml (GLUPSZ,MLE,SEL), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Mus z jabłek () b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU,PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Ziemniaczana () 400 ml (GLUPSZ,MLE,SEL), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (JAJ,SEL), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU,PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Sałata zielona 20 g, Pomidor 80 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU,PSZ,GLU,ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml, Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU,PSZ,GLU,ZYT), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU,PSZ,GLU,ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Tofu 50 g (SOJ), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g, Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU,PSZ,GLU,ZYT), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU,PSZ,GLU,ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU,PSZ,GLU,ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml, Mus z jabłek () b/c 100 g		
PN	Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE)										Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU,PSZ,MLE), Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (może zawierać: GLUPSZ,MLE,SEZ)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU,PSZ,MLE,GLU,ZYT), Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU,PSZ,MLE,GLU,ZYT), Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (może zawierać: GLUPSZ,MLE,SEZ)
	Wartość energetyczna: 2657.93 kcal; Białko ogółem: 107.68 g; Tłuszcz: 94.48 g; Kw. tł. nasy.: 46.26 g; Węglowodany ogółem: 346.35 g; W tym cukry: 68.25 g; Błonnik pok.: 27.95 g; Sól: 5.03 g;	Wartość energetyczna: 2419.51 kcal; Białko ogółem: 111.81 g; Tłuszcz: 75.05 g; Kw. tł. nasy.: 36.32 g; Węglowodany ogółem: 326.75 g; W tym cukry: 68.13 g; Błonnik pok.: 16.30 g; Sól: 6.08 g;	Wartość energetyczna: 2463.13 kcal; Białko ogółem: 111.58 g; Tłuszcz: 74.72 g; Kw. tł. nasy.: 36.56 g; Węglowodany ogółem: 344.79 g; W tym cukry: 72.29 g; Błonnik pok.: 23.49 g; Sól: 7.39 g;	Wartość energetyczna: 2691.91 kcal; Białko ogółem: 119.89 g; Tłuszcz: 74.41 g; Kw. tł. nasy.: 36.11 g; Węglowodany ogółem: 396.88 g; W tym cukry: 76.48 g; Błonnik pok.: 27.08 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2414.62 kcal; Białko ogółem: 120.99 g; Tłuszcz: 115.98 g; Kw. tł. nasy.: 27.72 g; Węglowodany ogółem: 230.60 g; W tym cukry: 109.64 g; Błonnik pok.: 22.61 g; Sól: 4.20 g;	Wartość energetyczna: 2596.77 kcal; Białko ogółem: 118.16 g; Tłuszcz: 87.29 g; Kw. tł. nasy.: 36.62 g; Węglowodany ogółem: 344.37 g; W tym cukry: 63.98 g; Błonnik pok.: 32.60 g; Sól: 6.60 g;	Wartość energetyczna: 2457.45 kcal; Białko ogółem: 106.17 g; Tłuszcz: 72.06 g; Kw. tł. nasy.: 35.99 g; Węglowodany ogółem: 355.38 g; W tym cukry: 73.11 g; Błonnik pok.: 25.18 g; Sól: 8.55 g;	Wartość energetyczna: 2271.41 kcal; Białko ogółem: 76.29 g; Tłuszcz: 87.49 g; Kw. tł. nasy.: 46.63 g; Węglowodany ogółem: 298.37 g; W tym cukry: 68.82 g; Błonnik pok.: 20.23 g; Sól: 4.75 g;	Wartość energetyczna: 1956.33 kcal; Białko ogółem: 73.78 g; Tłuszcz: 69.41 g; Kw. tł. nasy.: 29.30 g; Węglowodany ogółem: 257.05 g; W tym cukry: 42.72 g; Błonnik pok.: 10.69 g; Sól: 2.78 g;	Wartość energetyczna: 2707.40 kcal; Białko ogółem: 107.37 g; Tłuszcz: 102.39 g; Kw. tł. nasy.: 43.29 g; Węglowodany ogółem: 342.80 g; W tym cukry: 64.37 g; Błonnik pok.: 18.57 g; Sól: 8.31 g;	Wartość energetyczna: 3115.87 kcal; Białko ogółem: 123.08 g; Tłuszcz: 106.56 g; Kw. tł. nasy.: 46.75 g; Węglowodany ogółem: 421.45 g; W tym cukry: 68.36 g; Błonnik pok.: 20.43 g; Sól: 9.84 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Latwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Latwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Vegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c		
2024-05-10 piątek	II ŚN	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ,) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Povidła sliwkowe 60 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Zacierka na mleku 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Marmolada wieloowcowa 60 g (S02,) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Jabłko 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Marmolada wieloowcowa 60 g (S02,) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Marmolada wieloowcowa 60 g (S02,) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ,)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Serek homo. naturalny 100 g (MLE,) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Serek homo. naturalny 100 g (MLE,) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Povidła sliwkowe 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Jabłko 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Serek hom. naturalny 100 g (MLE,) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Povidła sliwkowe 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Jabłko 150 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Marmolada wieloowcowa 60 g (S02,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Marmolada wieloowcowa 60 g (S02,) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Serek homo. naturalny 100 g (MLE,) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Jabłko pieczone 150 g
			Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml										
2024-05-10 piątek	Obiad	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB,) Warzywa po grecku () 200g (GLU PSZ, SEL,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB,) Warzywa po grecku () 200g (GLU PSZ, SEL,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Sos koperkowy * 100 ml (GLU PSZ, MLE,) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - krupnik () RYD 700 g (JAJ, SEL, GLU JECZ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB,) Surowka z kapusty kiszonej z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ, SEL,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB,) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet jaglany z serem top i pietruszka 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB,) Warzywa po grecku (bez glutenu) () 200 g (SEL,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB,) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		
			Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)										
2024-05-10 piątek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Piersz delikatna z kurzej skórki produkt drobiowy z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Jarzynowa z makaronem dieťa () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Piersz delikatna z kurzej skórki produkt drobiowy z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Jarzynowa z makaronem dieťa () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (GLUPSZ, JAJ, SEL,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Piersz delikatna z kurzej skórki produkt drobiowy z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Ziemniaki gotowane () 200 g Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	
		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt											
2024-05-10 piątek	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt											
		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt					Kanaпка z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE,) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Kanaпка z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Kanaпка z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
Wartość energetyczna: 2627,92 kcal; Białko ogółem: 93,90 g; Tłuszcz: 89,04 g; Kw. tł. nasy.: 34,51 g; Węglowodany ogółem: 373,20 g; W tym cukry: 93,71 g; Błonnik pok.: 30,92 g; Sól: 6,19 g;													
Wartość energetyczna: 2446,02 kcal; Białko ogółem: 92,63 g; Tłuszcz: 72,75 g; Kw. tł. nasy.: 33,87 g; Węglowodany ogółem: 363,86 g; W tym cukry: 76,02 g; Błonnik pok.: 29,35 g; Sól: 5,42 g;													
Wartość energetyczna: 2457,57 kcal; Białko ogółem: 96,92 g; Tłuszcz: 66,44 g; Kw. tł. nasy.: 32,92 g; Węglowodany ogółem: 370,41 g; W tym cukry: 83,32 g; Błonnik pok.: 29,73 g; Sól: 6,60 g;													
Wartość energetyczna: 2641,43 kcal; Białko ogółem: 101,05 g; Tłuszcz: 69,14 g; Kw. tł. nasy.: 32,94 g; Węglowodany ogółem: 412,19 g; W tym cukry: 88,18 g; Błonnik pok.: 31,72 g; Sól: 6,75 g;													
Wartość energetyczna: 2533,67 kcal; Białko ogółem: 129,19 g; Tłuszcz: 118,00 g; Kw. tł. nasy.: 28,24 g; Węglowodany ogółem: 247,69 g; W tym cukry: 95,93 g; Błonnik pok.: 24,26 g; Sól: 4,16 g;													
Wartość energetyczna: 2148,29 kcal; Białko ogółem: 105,66 g; Tłuszcz: 72,11 g; Kw. tł. nasy.: 31,35 g; Węglowodany ogółem: 282,90 g; W tym cukry: 48,51 g; Błonnik pok.: 33,72 g; Sól: 6,39 g;													
Wartość energetyczna: 2293,94 kcal; Białko ogółem: 104,38 g; Tłuszcz: 64,70 g; Kw. tł. nasy.: 31,35 g; Węglowodany ogółem: 333,50 g; W tym cukry: 72,61 g; Błonnik pok.: 32,05 g; Sól: 8,13 g;													
Wartość energetyczna: 2584,63 kcal; Białko ogółem: 67,53 g; Tłuszcz: 90,43 g; Kw. tł. nasy.: 36,34 g; Węglowodany ogółem: 384,80 g; W tym cukry: 93,69 g; Błonnik pok.: 29,46 g; Sól: 6,07 g;													
Wartość energetyczna: 1985,38 kcal; Białko ogółem: 58,54 g; Tłuszcz: 64,96 g; Kw. tł. nasy.: 27,07 g; Węglowodany ogółem: 295,60 g; W tym cukry: 51,53 g; Błonnik pok.: 22,77 g; Sól: 2,49 g;													
Wartość energetyczna: 2477,19 kcal; Białko ogółem: 92,87 g; Tłuszcz: 72,53 g; Kw. tł. nasy.: 33,82 g; Węglowodany ogółem: 370,11 g; W tym cukry: 83,32 g; Błonnik pok.: 29,73 g; Sól: 5,64 g;													
Wartość energetyczna: 2619,77 kcal; Białko ogółem: 110,92 g; Tłuszcz: 74,10 g; Kw. tł. nasy.: 34,72 g; Węglowodany ogółem: 389,11 g; W tym cukry: 97,31 g; Błonnik pok.: 36,09 g; Sól: 7,33 g;													

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Vegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Sniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb Graham 70 g (GLU, PSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Szynka soltysa wiewprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Szynka soltysa wiewprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU, OW.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka soltysa wiewprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka soltysa wiewprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Sok marchwiowy 200 ml
II ŚN						Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko pieczone 150 g
Obiad	Koperkowa z ziemniakami (I) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 350 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami (I) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy -drobno tarte (I) 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (I) 200 g (GLUPSZ, MLE, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - koperkowa z ziemniakami (I) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami (I) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy (I) 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (I) 100 g (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Surowka z selera i jabłka z olejem (I)/b/c 100 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami (I) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy (I) 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) (I) 200 g (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Surowka z selera i jabłka z olejem (I)/b/c 100 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami (I) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy (I) 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) (I) 200 g (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Surowka z selera i jabłka z olejem (I) 200 g (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami (I) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (JAJ.) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (MLE.) Sałatka z buraczek i jabłką z olejem (I) 200 g (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami (I) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy (I) 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) (I) 200 g (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami (I) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy (I) 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) (I) 200 g (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami (I) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy (I) 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) (I) 200 g (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami (I) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy (I) 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) (I) 200 g (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE.)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE.)
Kolejacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wiewprzowych pieczony 70 g (GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Poledwica premium- wędłina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Poledwica premium- wędłina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Poledwica premium- wędłina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Ziemniaczana (I) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana (I) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Poledwica premium- wędłina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Poledwica premium- wędłina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Sałatka z ciemnoczerw. pomidora i ogórka kiszzonego 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Poledwica premium- wędłina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wiewprzowych pieczony 70 g (GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wiewprzowych pieczony 70 g (GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
PN	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Wafle ryżowe 20 g			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU, PSZ, MLE.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU, ZYT.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.)	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Wafle ryżowe 20 g			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU, ZYT.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.)
	Wartość energetyczna: 2609,95 kcal; Białko ogółem: 101,73 g; Tłuszcz: 96,49 g; Kw. tł. nasy.: 48,61 g; Węglowodany ogółem: 342,74 g; W tym cukry: 60,64 g; Błonnik pok.: 31,65 g; Sól: 7,64 g;	Wartość energetyczna: 2509,11 kcal; Białko ogółem: 96,08 g; Tłuszcz: 78,29 g; Kw. tł. nasy.: 38,67 g; Węglowodany ogółem: 363,03 g; W tym cukry: 70,66 g; Błonnik pok.: 23,50 g; Sól: 7,70 g;	Wartość energetyczna: 2555,47 kcal; Białko ogółem: 96,76 g; Tłuszcz: 78,25 g; Kw. tł. nasy.: 38,66 g; Węglowodany ogółem: 372,54 g; W tym cukry: 80,45 g; Błonnik pok.: 24,66 g; Sól: 8,87 g;	Wartość energetyczna: 2771,35 kcal; Białko ogółem: 107,91 g; Tłuszcz: 78,78 g; Kw. tł. nasy.: 38,31 g; Węglowodany ogółem: 417,08 g; W tym cukry: 92,77 g; Błonnik pok.: 27,59 g; Sól: 8,63 g;	Wartość energetyczna: 2475,68 kcal; Białko ogółem: 127,87 g; Tłuszcz: 125,53 g; Kw. tł. nasy.: 32,65 g; Węglowodany ogółem: 220,42 g; W tym cukry: 106,01 g; Błonnik pok.: 23,81 g; Sól: 4,39 g;	Wartość energetyczna: 2451,34 kcal; Białko ogółem: 97,17 g; Tłuszcz: 89,87 g; Kw. tł. nasy.: 46,87 g; Węglowodany ogółem: 329,55 g; W tym cukry: 62,79 g; Błonnik pok.: 35,32 g; Sól: 7,85 g;	Wartość energetyczna: 2434,00 kcal; Białko ogółem: 89,26 g; Tłuszcz: 73,92 g; Kw. tł. nasy.: 37,72 g; Węglowodany ogółem: 360,93 g; W tym cukry: 66,57 g; Błonnik pok.: 27,31 g; Sól: 9,98 g;	Wartość energetyczna: 2687,74 kcal; Białko ogółem: 123,11 g; Tłuszcz: 90,58 g; Kw. tł. nasy.: 46,40 g; Węglowodany ogółem: 282,82 g; W tym cukry: 66,57 g; Błonnik pok.: 41,08 g; Sól: 7,14 g;	Wartość energetyczna: 2767,41 kcal; Białko ogółem: 104,89 g; Tłuszcz: 98,00 g; Kw. tł. nasy.: 49,86 g; Węglowodany ogółem: 375,97 g; W tym cukry: 80,42 g; Błonnik pok.: 24,94 g; Sól: 8,91 g;	Wartość energetyczna: 2767,41 kcal; Białko ogółem: 104,89 g; Tłuszcz: 98,00 g; Kw. tł. nasy.: 49,86 g; Węglowodany ogółem: 375,97 g; W tym cukry: 80,42 g; Błonnik pok.: 24,94 g; Sól: 8,91 g;	Wartość energetyczna: 2832,17 kcal; Białko ogółem: 112,31 g; Tłuszcz: 102,55 g; Kw. tł. nasy.: 53,28 g; Węglowodany ogółem: 401,96 g; W tym cukry: 92,90 g; Błonnik pok.: 29,71 g; Sól: 10,40 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Latwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Latwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Latwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Vegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
Smadanie	Chleb Graham 70 g (<u>GLU PSZ</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza jęczmienna na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sok pomidorowy 200 ml	
II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml										Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	
Obiad	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany (zmielony) 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - pomidorowa z zacierką () RYD 700 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surowka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (<u>SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surowka wielowarzywna z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Zapiekanka z ziemników i warzyw z jakiem() 350 g (<u>JAJ, MLE, SEL.</u>) Surowka wielowarzywna z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (<u>MLE.</u>)
PD	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE.</u>)										Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (<u>MLE.</u>)	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (<u>MLE</u>) Grysiówka () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - grysiówka () RYD 700 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Serek homo o smaku waniliowym 100 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Serek homo o smaku waniliowym 100 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Serek homo o smaku waniliowym 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 150 g	
PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</u>) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</u>) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2330.01 kcal; Białko ogółem: 87.19 g; Tłuszcz: 78.92 g; Kw. tł. nasy.: 34.06 g; Węglowodany ogółem: 329.90 g; W tym cukry: 76.86 g; Błonnik pok.: 32.33 g; Sól: 6.97 g;	Wartość energetyczna: 2195.31 kcal; Białko ogółem: 93.67 g; Tłuszcz: 69.10 g; Kw. tł. nasy.: 33.97 g; Węglowodany ogółem: 312.59 g; W tym cukry: 77.15 g; Błonnik pok.: 31.77 g; Sól: 6.89 g;	Wartość energetyczna: 2210.49 kcal; Białko ogółem: 94.11 g; Tłuszcz: 69.28 g; Kw. tł. nasy.: 34.02 g; Węglowodany ogółem: 315.84 g; W tym cukry: 79.65 g; Błonnik pok.: 32.55 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 2607.09 kcal; Białko ogółem: 113.81 g; Tłuszcz: 75.50 g; Kw. tł. nasy.: 37.71 g; Węglowodany ogółem: 382.98 g; W tym cukry: 99.87 g; Błonnik pok.: 35.27 g; Sól: 7.94 g;	Wartość energetyczna: 2512.95 kcal; Białko ogółem: 127.77 g; Tłuszcz: 117.88 g; Kw. tł. nasy.: 28.18 g; Węglowodany ogółem: 244.26 g; W tym cukry: 97.63 g; Błonnik pok.: 24.53 g; Sól: 4.17 g;	Wartość energetyczna: 2181.60 kcal; Białko ogółem: 115.06 g; Tłuszcz: 68.25 g; Kw. tł. nasy.: 33.31 g; Węglowodany ogółem: 292.34 g; W tym cukry: 56.75 g; Błonnik pok.: 37.73 g; Sól: 7.43 g;	Wartość energetyczna: 2340.96 kcal; Białko ogółem: 67.20 g; Tłuszcz: 101.28 g; Kw. tł. nasy.: 33.47 g; Węglowodany ogółem: 331.79 g; W tym cukry: 72.69 g; Błonnik pok.: 34.97 g; Sól: 9.28 g;	Wartość energetyczna: 2362.42 kcal; Białko ogółem: 67.20 g; Tłuszcz: 101.28 g; Kw. tł. nasy.: 40.82 g; Węglowodany ogółem: 304.20 g; W tym cukry: 82.29 g; Błonnik pok.: 30.00 g; Sól: 7.06 g;	Wartość energetyczna: 2031.45 kcal; Białko ogółem: 72.32 g; Tłuszcz: 70.38 g; Kw. tł. nasy.: 30.92 g; Węglowodany ogółem: 285.41 g; W tym cukry: 68.42 g; Błonnik pok.: 26.56 g; Sól: 3.95 g;	Wartość energetyczna: 2210.49 kcal; Białko ogółem: 94.11 g; Tłuszcz: 69.28 g; Kw. tł. nasy.: 34.02 g; Węglowodany ogółem: 315.84 g; W tym cukry: 79.65 g; Błonnik pok.: 32.55 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 2378.96 kcal; Białko ogółem: 108.35 g; Tłuszcz: 73.16 g; Kw. tł. nasy.: 35.49 g; Węglowodany ogółem: 335.79 g; W tym cukry: 73.89 g; Błonnik pok.: 34.97 g; Sól: 9.29 g;	

Oznaczenia alergenów:

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

Oznaczenia wskaźników odż:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółem wg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sól - Sól,
K - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
- % energii z białka,
Ener. z T - % energii z tłuszczu,
- % energii z węglowodanów,
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,