

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo 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 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) 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 dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> )	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</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 dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> )	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</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 dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Kawa zbożowa z młkiem 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 dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z młkiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z młkiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</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> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</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 dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Sok marchwiowy 200 ml	
II SN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml											
Obiad	Fasolowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Naleśnik z serem 350 g ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE,</u> ) Mus z jabłek ( )z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Mus z jabłek ( )z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - dyniowa z ziemniakami ( ) RYD 700 g ( <u>JAJ, SEL,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - dyniowa z ziemniakami ( ) RYD 700 g ( <u>JAJ, SEL,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Makaron północniasty 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE,</u> ) Mus z jabłek ( ) b/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL,</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE,</u> ) Mus z jabłek ( ) b/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE,</u> ) Mus z jabłek ( )z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami (bez glutenu)( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Makaron bezglutenowy 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE,</u> ) Mus z jabłek ( )z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Mus z jabłek ( )z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Mus z jabłek ( )z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Mus z jabłek ( )z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD	Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml ( <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> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 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 homo. naturalny 100 g ( <u>MLE,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE,</u> ) Jarzynowa z ryżem dieta ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem ( ) RYD 700 g ( <u>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> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 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. naturalny 100 g ( <u>MLE,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb 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> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 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> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
PN	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Wafle ryżowe 20 g		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE,</u> )		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE,</u> )		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,</u> ) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE,</u> )		Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Wafle ryżowe 20 g			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,</u> ) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE,</u> )
	Wartość energetyczna: 2899,81 kcal; Białko ogółem: 110,05 g; Tłuszcz: 92,05 g; Kw. tł. nasy.: 43,26 g; Węglowodany ogółem: 420,40 g; W tym cukry: 93,43 g; Błonnik pok.: 29,21 g; Sól: 6,71 g;	Wartość energetyczna: 2328,56 kcal; Białko ogółem: 88,68 g; Tłuszcz: 72,44 g; Kw. tł. nasy.: 40,34 g; Węglowodany ogółem: 338,13 g; W tym cukry: 63,06 g; Błonnik pok.: 21,37 g; Sól: 6,63 g;	Wartość energetyczna: 2419,31 kcal; Białko ogółem: 98,15 g; Tłuszcz: 69,64 g; Kw. tł. nasy.: 38,72 g; Węglowodany ogółem: 353,63 g; W tym cukry: 67,65 g; Błonnik pok.: 23,30 g; Sól: 6,68 g;	Wartość energetyczna: 2518,11 kcal; Białko ogółem: 107,05 g; Tłuszcz: 70,14 g; Kw. tł. nasy.: 38,38 g; Węglowodany ogółem: 369,88 g; W tym cukry: 79,99 g; Błonnik pok.: 23,91 g; Sól: 6,41 g;	Wartość energetyczna: 2430,74 kcal; Białko ogółem: 122,69 g; Tłuszcz: 121,52 g; Kw. tł. nasy.: 31,94 g; Węglowodany ogółem: 220,31 g; W tym cukry: 104,44 g; Błonnik pok.: 19,77 g; Sól: 4,86 g;	Wartość energetyczna: 2225,97 kcal; Białko ogółem: 95,93 g; Tłuszcz: 74,54 g; Kw. tł. nasy.: 39,76 g; Węglowodany ogółem: 303,28 g; W tym cukry: 50,06 g; Błonnik pok.: 33,91 g; Sól: 6,48 g;	Wartość energetyczna: 2261,86 kcal; Białko ogółem: 91,60 g; Tłuszcz: 66,30 g; Kw. tł. nasy.: 37,86 g; Węglowodany ogółem: 327,93 g; W tym cukry: 53,94 g; Błonnik pok.: 21,97 g; Sól: 7,34 g;	Wartość energetyczna: 2737,96 kcal; Białko ogółem: 96,61 g; Tłuszcz: 102,43 g; Kw. tł. nasy.: 42,63 g; Węglowodany ogółem: 365,17 g; W tym cukry: 61,40 g; Błonnik pok.: 26,04 g; Sól: 6,59 g;	Wartość energetyczna: 1868,35 kcal; Białko ogółem: 51,09 g; Tłuszcz: 66,53 g; Kw. tł. nasy.: 33,12 g; Węglowodany ogółem: 268,65 g; W tym cukry: 36,02 g; Błonnik pok.: 13,60 g; Sól: 2,84 g;	Wartość energetyczna: 2331,28 kcal; Białko ogółem: 72,50 g; Tłuszcz: 67,89 g; Kw. tł. nasy.: 41,19 g; Węglowodany ogółem: 362,58 g; W tym cukry: 67,95 g; Błonnik pok.: 25,26 g; Sól: 6,79 g;	Wartość energetyczna: 2443,02 kcal; Białko ogółem: 79,89 g; Tłuszcz: 72,13 g; Kw. tł. nasy.: 41,19 g; Węglowodany ogółem: 374,57 g; W tym cukry: 68,82 g; Błonnik pok.: 27,02 g; Sól: 8,32 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo 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 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
II SN	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE.</u> ) Chleb Graham 70 g ( <u>GLU PSZ.</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> ) Serek śniadaniowy ze szczyrkami 80g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Papryka świeża 80 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE.</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> ) Pasta z twaroguz koperkiem 100 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE.</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> ) Twarożek 100 g ( <u>MLE.</u> ) Mus z jabłek ( ) b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLUPSZ.</u> ) Twarożek 100 g ( <u>MLE.</u> ) Mus z jabłek ( ) b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem 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> ) Pasta z twaroguz koperkiem 100 g ( <u>MLE.</u> ) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 100 g ( <u>MLE.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Salata 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 ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twaroguz koperkiem 100 g ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLUPSZ.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	
II SN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml											
II SN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml											
Obiad	Szczawiowa z ryżem ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos meksykański 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Bitka z szynki wieprzowej 100g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - brokułowa z ziemniakami ( ) RYD 700 g ( <u>JAJ, SEL.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szczawiowa z ryżem ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z kapusty białej z olejem ( ) 100 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szczawiowa z ryżem ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Gulasz szparyżowy z warzywami ( ) 200 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka z szynki wieprzowej (bez glutenu) 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Buraczki gotowane ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )											
PD	Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )											
Kolejnia	Pomidor 80 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> ) Poledwica premium- wędłina dr. średnio rozd. 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Salata zielona 20 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> ) Poledwica premium- wędłina dr. średnio rozd. 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 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> ) Poledwica premium- wędłina dr. średnio rozd. 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Sok pomidorowy 200ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLUPSZ.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica premium- wędłina dr. średnio rozd. 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Ziemniaczana ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana ( ) RYD 700 g ( <u>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> ) Poledwica premium- wędłina dr. średnio rozd. 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica premium- wędłina dr. średnio rozd. 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200ml	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> ) Tofu 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parozz dodat.wody w ost.niejad 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 ( <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> ) Poledwica premium- wędłina dr. średnio rozd. 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica premium- wędłina dr. średnio rozd. 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200ml	
PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE.</u> ) Rogal maślany 50g, 1 szt ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE.</u> )			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE.</u> )			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</u> ) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE.</u> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</u> ) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE.</u> )	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE.</u> )	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE.</u> )	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE.</u> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</u> ) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE.</u> )
	Wartość energetyczna: 2842,51 kcal; Białko ogółem: 115,26 g; Tłuszcz: 102,94 g; Kw. tł. nasy.: 51,04 g; Węglowodany ogółem: 371,84 g; W tym cukry: 78,30 g; Błonnik pok.: 26,34 g; Sól: 7,88 g;	Wartość energetyczna: 2365,89 kcal; Białko ogółem: 119,94 g; Tłuszcz: 93,95 g; Kw. tł. nasy.: 42,36 g; Węglowodany ogółem: 361,11 g; W tym cukry: 78,46 g; Błonnik pok.: 22,72 g; Sól: 7,07 g;	Wartość energetyczna: 2797,36 kcal; Białko ogółem: 118,13 g; Tłuszcz: 94,35 g; Kw. tł. nasy.: 42,85 g; Węglowodany ogółem: 376,94 g; W tym cukry: 78,46 g; Błonnik pok.: 24,85 g; Sól: 7,84 g;	Wartość energetyczna: 2129,06 kcal; Białko ogółem: 129,06 g; Tłuszcz: 97,81 g; Kw. tł. nasy.: 44,62 g; Węglowodany ogółem: 429,37 g; W tym cukry: 82,92 g; Błonnik pok.: 28,46 g; Sól: 7,35 g;	Wartość energetyczna: 2385,95 kcal; Białko ogółem: 124,55 g; Tłuszcz: 121,40 g; Kw. tł. nasy.: 31,77 g; Węglowodany ogółem: 294,83 g; W tym cukry: 67,64 g; Błonnik pok.: 30,18 g; Sól: 4,11 g;	Wartość energetyczna: 2357,06 kcal; Białko ogółem: 112,56 g; Tłuszcz: 85,98 g; Kw. tł. nasy.: 40,82 g; Węglowodany ogółem: 294,83 g; W tym cukry: 67,64 g; Błonnik pok.: 30,18 g; Sól: 8,04 g;	Wartość energetyczna: 2502,63 kcal; Białko ogółem: 105,69 g; Tłuszcz: 87,18 g; Kw. tł. nasy.: 41,51 g; Węglowodany ogółem: 332,58 g; W tym cukry: 67,15 g; Błonnik pok.: 26,23 g; Sól: 9,00 g;	Wartość energetyczna: 2097,40 kcal; Białko ogółem: 107,24 g; Tłuszcz: 88,96 g; Kw. tł. nasy.: 47,44 g; Węglowodany ogółem: 371,83 g; W tym cukry: 77,60 g; Błonnik pok.: 33,66 g; Sól: 6,20 g;	Wartość energetyczna: 2097,40 kcal; Białko ogółem: 79,32 g; Tłuszcz: 85,09 g; Kw. tł. nasy.: 35,22 g; Węglowodany ogółem: 258,40 g; W tym cukry: 53,20 g; Błonnik pok.: 16,15 g; Sól: 4,26 g;	Wartość energetyczna: 2967,54 kcal; Białko ogółem: 117,20 g; Tłuszcz: 113,71 g; Kw. tł. nasy.: 50,30 g; Węglowodany ogółem: 377,37 g; W tym cukry: 81,15 g; Błonnik pok.: 25,16 g; Sól: 8,84 g;	Wartość energetyczna: 3040,52 kcal; Białko ogółem: 129,89 g; Tłuszcz: 117,54 g; Kw. tł. nasy.: 51,67 g; Węglowodany ogółem: 375,72 g; W tym cukry: 79,99 g; Błonnik pok.: 27,62 g; Sól: 10,29 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 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 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
2024-05-15 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb Graham 70 g (GLU PSZ), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (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), Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (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), Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Bułka pszenna duża krojona 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	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), Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (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), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Twaróg półtłusty 100 g (MLE), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g, Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (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), Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.), Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.), Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		II SN					Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko pieczone 150 g
2024-05-15 środa	Obiad	Pieczarkowa z makaronem ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL), Ziemiaki gotowane ( ) 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.), Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL), Surówka z marchwi i chrzanu ( ) 200 g (MLE, SOJ), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ziemiaki gotowane ( ) 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.), Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.), Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem ( ) RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL), Ziemiaki gotowane ( ) 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.), Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.), Surówka z selera i jabolka z olejem ( ) b/c 100 g (SEL), Marchew gotowana z olejem ( ) 100 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.), Ziemiaki gotowane ( ) 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.), Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.), Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL), Ziemiaki gotowane ( ) 200 g, Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.), Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.), Surówka z marchwi i chrzanu ( ) 200 g (MLE, SOJ), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.), Ziemiaki gotowane ( ) 200 g, Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (JAJ.), Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (MLE), Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ziemiaki gotowane ( ) 200 g, Pulpet drobiowy (GLU PSZ, JAJ.), Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.), Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ziemiaki gotowane ( ) 200 g, Pulpet drobiowy (GLU PSZ, JAJ.), Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.), Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ziemiaki gotowane ( ) 200 g, Pulpet drobiowy (GLU PSZ, JAJ.), Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.), Marchew gotowana 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)
2024-05-15 środa	Kolejacja	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), Papyrkarz szczyński 100 g (RYB, SOJ), Ogórek kiszony 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), Pomidor 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), Szyńska depbowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Gryśikowa ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL.), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE)	Bułka pszenna duża krojona 100 g (GLUPSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska depbowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Gryśikowa ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL.), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE)	Płynna odżywcza - gryśikowa ( ) 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), Papyrkarz szczyński 100 g (RYB, SOJ), Ogórek kiszony 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), Szyńska depbowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g, 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	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, Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE)	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 z/c 250 ml, Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE)	
		PN	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE), Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	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 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 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)	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 18 g	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: 2474,54 kcal; Białko ogółem: 98,72 g; Tłuszcz: 85,16 g; Kw. tł. nasy.: 38,64 g; Węglowodany ogółem: 340,61 g; W tym cukry: 66,32 g; Błonnik pok.: 27,37 g; Sol: 9,89 g;	Wartość energetyczna: 2329,40 kcal; Białko ogółem: 90,09 g; Tłuszcz: 79,81 g; Kw. tł. nasy.: 38,35 g; Węglowodany ogółem: 325,59 g; W tym cukry: 66,88 g; Błonnik pok.: 26,84 g; Sol: 7,60 g;	Wartość energetyczna: 2425,11 kcal; Białko ogółem: 91,69 g; Tłuszcz: 76,20 g; Kw. tł. nasy.: 37,11 g; Węglowodany ogółem: 352,93 g; W tym cukry: 93,49 g; Błonnik pok.: 24,60 g; Sol: 8,63 g;	Wartość energetyczna: 2466,00 kcal; Białko ogółem: 96,73 g; Tłuszcz: 70,39 g; Kw. tł. nasy.: 32,63 g; Węglowodany ogółem: 373,47 g; W tym cukry: 95,57 g; Błonnik pok.: 25,41 g; Sol: 10,19 g;	Wartość energetyczna: 2454,48 kcal; Białko ogółem: 123,91 g; Tłuszcz: 116,04 g; Kw. tł. nasy.: 37,29 g; Węglowodany ogółem: 235,04 g; W tym cukry: 90,42 g; Błonnik pok.: 14,81 g; Sol: 5,95 g;	Wartość energetyczna: 2298,95 kcal; Białko ogółem: 95,82 g; Tłuszcz: 80,33 g; Kw. tł. nasy.: 37,29 g; Węglowodany ogółem: 304,42 g; W tym cukry: 59,78 g; Błonnik pok.: 39,18 g; Sol: 10,01 g;	Wartość energetyczna: 2308,64 kcal; Białko ogółem: 87,84 g; Tłuszcz: 73,81 g; Kw. tł. nasy.: 31,37 g; Węglowodany ogółem: 334,40 g; W tym cukry: 73,48 g; Błonnik pok.: 32,23 g; Sol: 9,69 g;	Wartość energetyczna: 2456,69 kcal; Białko ogółem: 61,37 g; Tłuszcz: 89,57 g; Kw. tł. nasy.: 51,37 g; Węglowodany ogółem: 323,36 g; W tym cukry: 68,39 g; Błonnik pok.: 24,04 g; Sol: 7,95 g;	Wartość energetyczna: 1916,73 kcal; Białko ogółem: 61,37 g; Tłuszcz: 76,72 g; Kw. tł. nasy.: 46,65 g; Węglowodany ogółem: 253,73 g; W tym cukry: 41,93 g; Błonnik pok.: 21,32 g; Sol: 4,22 g;	Wartość energetyczna: 2502,25 kcal; Białko ogółem: 95,53 g; Tłuszcz: 89,80 g; Kw. tł. nasy.: 46,65 g; Węglowodany ogółem: 353,85 g; W tym cukry: 93,07 g; Błonnik pok.: 24,60 g; Sol: 8,42 g;	Wartość energetyczna: 2723,73 kcal; Białko ogółem: 105,60 g; Tłuszcz: 94,38 g; Kw. tł. nasy.: 50,13 g; Węglowodany ogółem: 374,96 g; W tym cukry: 89,42 g; Błonnik pok.: 33,00 g; Sol: 9,85 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo 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 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
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, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser topiony 50 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) 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.) Serek homo.o smaku 100 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) 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.) Serek homo.o smaku 100 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo.o smaku 100 g naturalnym z ziołami 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, 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, ŻYT, GLU, JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	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.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) 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.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) 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, JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) 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, JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml
II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml										
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL, GLU, ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU, JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU, PSZ.) Surówka wielowarzynowa z olejem () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU, JECZ.) 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.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU, JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU, PSZ.) Surówka wielowarzynowa z olejem () 100 g (SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU, JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU, PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU, JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU, PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL.) Kaszotto jaglane z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL.) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL.) Sos pomidorowy 100 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL, GLU, ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU, JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU, PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
PD	Kefir 2 % tł 200g 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.) Pierś delikatna z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 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.) Pierś delikatna z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Jarzynowa z ryżem (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 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.) Pierś delikatna z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g 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.) Pierś delikatna z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek topiony 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 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.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)										
	Wartość energetyczna: 2620.92 kcal; Białko ogółem: 101.75 g; Tłuszcz: 99.20 g; Kw. tł. nasy.: 43.69 g; Węglowodany ogółem: 347.07 g; W tym cukry: 83.70 g; Błonnik pok.: 35.51 g; Sol: 8.33 g;	Wartość energetyczna: 2517.16 kcal; Białko ogółem: 105.09 g; Tłuszcz: 91.10 g; Kw. tł. nasy.: 39.93 g; Węglowodany ogółem: 332.44 g; W tym cukry: 73.90 g; Błonnik pok.: 28.33 g; Sol: 6.72 g;	Wartość energetyczna: 2597.52 kcal; Białko ogółem: 104.73 g; Tłuszcz: 91.21 g; Kw. tł. nasy.: 40.38 g; Węglowodany ogółem: 351.29 g; W tym cukry: 78.49 g; Błonnik pok.: 30.09 g; Sol: 6.93 g;	Wartość energetyczna: 2709.22 kcal; Białko ogółem: 110.79 g; Tłuszcz: 90.87 g; Kw. tł. nasy.: 39.94 g; Węglowodany ogółem: 375.09 g; W tym cukry: 82.70 g; Błonnik pok.: 31.36 g; Sol: 6.66 g;	Wartość energetyczna: 2450.41 kcal; Białko ogółem: 124.60 g; Tłuszcz: 124.04 g; Kw. tł. nasy.: 32.19 g; Węglowodany ogółem: 217.50 g; W tym cukry: 100.38 g; Błonnik pok.: 17.75 g; Sol: 4.09 g;	Wartość energetyczna: 2345.49 kcal; Białko ogółem: 104.85 g; Tłuszcz: 85.45 g; Kw. tł. nasy.: 39.66 g; Węglowodany ogółem: 305.74 g; W tym cukry: 68.87 g; Błonnik pok.: 36.39 g; Sol: 7.19 g;	Wartość energetyczna: 2496.76 kcal; Białko ogółem: 98.26 g; Tłuszcz: 86.71 g; Kw. tł. nasy.: 39.48 g; Węglowodany ogółem: 341.65 g; W tym cukry: 68.92 g; Błonnik pok.: 30.39 g; Sol: 8.05 g;	Wartość energetyczna: 2580.48 kcal; Białko ogółem: 91.27 g; Tłuszcz: 101.61 g; Kw. tł. nasy.: 45.28 g; Węglowodany ogółem: 329.54 g; W tym cukry: 73.66 g; Błonnik pok.: 33.74 g; Sol: 6.53 g;	Wartość energetyczna: 2077.96 kcal; Białko ogółem: 73.12 g; Tłuszcz: 84.31 g; Kw. tł. nasy.: 32.76 g; Węglowodany ogółem: 263.17 g; W tym cukry: 48.44 g; Błonnik pok.: 18.74 g; Sol: 3.42 g;	Wartość energetyczna: 2646.67 kcal; Białko ogółem: 97.19 g; Tłuszcz: 102.23 g; Kw. tł. nasy.: 49.19 g; Węglowodany ogółem: 346.04 g; W tym cukry: 79.55 g; Błonnik pok.: 30.59 g; Sol: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 2868.64 kcal; Białko ogółem: 114.04 g; Tłuszcz: 107.86 g; Kw. tł. nasy.: 50.27 g; Węglowodany ogółem: 373.08 g; W tym cukry: 78.39 g; Błonnik pok.: 33.01 g; Sol: 9.29 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo 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 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
2024-05-17 piątek	SNiadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Twarożek 50 g (MLE.)	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Dżem wiśniowy 60 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Twarożek 50 g (MLE.)	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Dżem wiśniowy 60 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Twarożek 50 g (MLE.)	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ, MLE.) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko pieczone 150 g	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Dżem wiśniowy 60 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Twarożek 50 g (MLE.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Twarożek 50 g (MLE.)	Kasza manna 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 wiśniowy 60 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.)	Kasza manna 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 makiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g
	II SN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)									Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)	
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - szpinakowa z zacierką () RYD 700 g (GLUPSZ, JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (SEL.) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kofeiny gryczane z cebulką i twarogiem 350 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Sos pieczarkowy 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE.)									Budyń o smaku czekoladowym 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.) Sałatka 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.) Polegawka premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Polegawka premium- wędlina 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.) Polegawka premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Selerowa z makaronem () 400 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - selerowa z makaronem () RYD 700 g (GLUPSZ, JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałatka zielona 20 g 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.) Polegawka premium- wędlina 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 ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałatka zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml 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.) Sałatka 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.) 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.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	
PN	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE.) Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2657,70 kcal; Białko ogółem: 102,29 g; Tłuszcz: 83,62 g; Kw. tł. nasy.: 35,77 g; Węglowodany ogółem: 387,30 g; W tym cukry: 131,62 g; Błonnik pok.: 28,31 g; Sól: 5,69 g;	Wartość energetyczna: 2530,59 kcal; Białko ogółem: 99,18 g; Tłuszcz: 78,98 g; Kw. tł. nasy.: 35,25 g; Węglowodany ogółem: 370,49 g; W tym cukry: 130,39 g; Błonnik pok.: 29,91 g; Sól: 6,42 g;	Wartość energetyczna: 2529,33 kcal; Białko ogółem: 100,13 g; Tłuszcz: 75,66 g; Kw. tł. nasy.: 34,26 g; Węglowodany ogółem: 374,39 g; W tym cukry: 133,20 g; Błonnik pok.: 30,69 g; Sól: 8,33 g;	Wartość energetyczna: 2695,12 kcal; Białko ogółem: 103,91 g; Tłuszcz: 75,31 g; Kw. tł. nasy.: 33,99 g; Węglowodany ogółem: 415,85 g; W tym cukry: 139,16 g; Błonnik pok.: 35,50 g; Sól: 8,40 g;	Wartość energetyczna: 2494,93 kcal; Białko ogółem: 112,20 g; Tłuszcz: 89,41 g; Kw. tł. nasy.: 44,86 g; Węglowodany ogółem: 273,91 g; W tym cukry: 59,75 g; Błonnik pok.: 32,66 g; Sól: 7,44 g;	Wartość energetyczna: 2276,65 kcal; Białko ogółem: 109,46 g; Tłuszcz: 78,27 g; Kw. tł. nasy.: 36,76 g; Węglowodany ogółem: 318,07 g; W tym cukry: 78,64 g; Błonnik pok.: 32,01 g; Sól: 9,70 g;	Wartość energetyczna: 2364,99 kcal; Białko ogółem: 92,32 g; Tłuszcz: 97,35 g; Kw. tł. nasy.: 38,00 g; Węglowodany ogółem: 398,83 g; W tym cukry: 135,66 g; Błonnik pok.: 29,03 g; Sól: 4,99 g;	Wartość energetyczna: 2084,65 kcal; Białko ogółem: 64,48 g; Tłuszcz: 73,25 g; Kw. tł. nasy.: 28,19 g; Węglowodany ogółem: 301,73 g; W tym cukry: 105,40 g; Błonnik pok.: 23,93 g; Sól: 3,11 g;	Wartość energetyczna: 2531,21 kcal; Białko ogółem: 98,41 g; Tłuszcz: 78,32 g; Kw. tł. nasy.: 34,00 g; Węglowodany ogółem: 373,32 g; W tym cukry: 131,18 g; Błonnik pok.: 30,69 g; Sól: 7,36 g;	Wartość energetyczna: 2761,85 kcal; Białko ogółem: 128,35 g; Tłuszcz: 101,75 g; Kw. tł. nasy.: 47,34 g; Węglowodany ogółem: 350,29 g; W tym cukry: 84,98 g; Błonnik pok.: 32,78 g; Sól: 9,91 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo 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 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Płatki jęczmieńne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb Graham 70 g (GLU, PSZ, SEL.) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Płatki jęczmieńne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Płatki jęczmieńne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Płatki jęczmieńne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU, JECZ.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	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, JECZ.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmieńne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Sern topiony 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki jęczmieńne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmieńne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) 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, JECZ.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml										
Obiad	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte ( ) 200 g (GLU, PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa (zmielona) 100g (GLU, PSZ, SEL.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte ( ) 200 g (GLU, PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - koperkowa z ryżem ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c ( ) 200 g (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) ( ) 200g (GLU, PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem ( ) 200 g (GLU, PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem ( ) 200 g (GLU, PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa (bez glutenu) 100 g Sos jarzynowy (bez glutenu) 100 ml (SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem ( ) 200 g (GLU, PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) ( ) 200 g (GLU, PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte ( ) 200 g (GLU, PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) ( ) 200 g (GLU, PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE.)										
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasztet z soczewicy ( ) 70 g (GLU, PSZ, JAJ.) Ogórek świeży 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 pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Pomidor 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 pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) 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, SEL.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLU, PSZ, 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, SEL.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasztet z soczewicy ( ) 70 g (GLU, PSZ, JAJ.) Ogórek świeży 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.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) 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, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Pomidor 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.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasztet z soczewicy ( ) 70 g (GLU, PSZ, JAJ.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g
PN	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g		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.) 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, ŻYT.) 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 (MLE.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.) Wafle ryżowe 20 g	Serek twarogowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.) Wafle ryżowe 20 g	Serek twarogowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU, ŻYT.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.)
	Wartość energetyczna: 2626.43 kcal; Białko ogółem: 105.56 g; Tłuszcz: 89.74 g; Kw. tł. nasy.: 39.64 g; Węglowodany ogółem: 365.19 g; W tym cukry: 69.56 g; Błonnik pok.: 34.15 g; Sól: 8.06 g;	Wartość energetyczna: 2414.45 kcal; Białko ogółem: 107.76 g; Tłuszcz: 75.01 g; Kw. tł. nasy.: 37.87 g; Węglowodany ogółem: 338.22 g; W tym cukry: 71.03 g; Błonnik pok.: 24.48 g; Sól: 7.72 g;	Wartość energetyczna: 2502.20 kcal; Białko ogółem: 108.65 g; Tłuszcz: 75.13 g; Kw. tł. nasy.: 38.32 g; Węglowodany ogółem: 357.36 g; W tym cukry: 65.62 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 7.68 g;	Wartość energetyczna: 2745.71 kcal; Białko ogółem: 120.60 g; Tłuszcz: 77.26 g; Kw. tł. nasy.: 38.24 g; Węglowodany ogółem: 404.53 g; W tym cukry: 78.56 g; Błonnik pok.: 31.00 g; Sól: 7.42 g;	Wartość energetyczna: 2447.98 kcal; Białko ogółem: 102.83 g; Tłuszcz: 84.26 g; Kw. tł. nasy.: 31.94 g; Węglowodany ogółem: 335.21 g; W tym cukry: 69.04 g; Błonnik pok.: 19.36 g; Sól: 4.99 g;	Wartość energetyczna: 2441.20 kcal; Białko ogółem: 101.50 g; Tłuszcz: 71.53 g; Kw. tł. nasy.: 37.54 g; Węglowodany ogółem: 351.48 g; W tym cukry: 64.17 g; Błonnik pok.: 26.92 g; Sól: 8.30 g;	Wartość energetyczna: 2606.83 kcal; Białko ogółem: 78.92 g; Tłuszcz: 97.05 g; Kw. tł. nasy.: 45.20 g; Węglowodany ogółem: 370.20 g; W tym cukry: 74.45 g; Błonnik pok.: 34.90 g; Sól: 7.92 g;	Wartość energetyczna: 1968.35 kcal; Białko ogółem: 70.64 g; Tłuszcz: 73.25 g; Kw. tł. nasy.: 31.16 g; Węglowodany ogółem: 343.02 g; Błonnik pok.: 19.99 g; Sól: 3.92 g;	Wartość energetyczna: 2561.70 kcal; Białko ogółem: 101.25 g; Tłuszcz: 86.13 g; Kw. tł. nasy.: 46.39 g; Węglowodany ogółem: 354.96 g; W tym cukry: 66.12 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 8.69 g;	Wartość energetyczna: 2761.74 kcal; Białko ogółem: 108.33 g; Tłuszcz: 90.31 g; Kw. tł. nasy.: 49.83 g; Węglowodany ogółem: 389.76 g; W tym cukry: 81.31 g; Błonnik pok.: 29.86 g; Sól: 10.17 g;	



Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo 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 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
2024-05-19 niedziela	Śniadanie	Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 70 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Pastę z twarogu z dżemem brzoskwinowym 100 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Pastę z twarogu z dżemem brzoskwinowym 100 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko pieczone 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <b>MLE.</b> ) Bulka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Pastę z twarogu z dżemem brzoskwinowym 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Pastę z twarogu z dżemem brzoskwinowym 100 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Pastę z twarogu z dżemem brzoskwinowym 100 g Jabłko 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Jabłko pieczone 150 g
		II SN					Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
2024-05-19 niedziela	Obiad	Rosół z makaronem ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Gryskowa ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Pieczone z udzka kurczaka 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos koperkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - rosół z makaronem ( ) RYD 700 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, SEL.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Gryskowa ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Gryskowa ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Kotlet z jaj 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem ( bez glutenu) ( ) 400 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem ( bez glutenu)* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
		PD					Kefir 2 % tł 200g 1 szt ( <b>MLE.</b> )					Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )
2024-05-19 niedziela	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 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 ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jarzynowa z ryżem dieta ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem ( ) RYD 700 g ( <b>JAJ, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Hummus 100 g ( <b>SEZ.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 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 ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	
		PN		Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <b>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</b> ) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <b>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</b> ) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )		
		Wartość energetyczna: 2508.11 kcal; Białko ogółem: 121.70 g; Tłuszcz: 106.21 g; Kw. tł. nasy.: 47.81 g; Węglowodany ogółem: 277.16 g; W tym cukry: 54.09 g; Błonnik pok.: 24.84 g; Sól: 7.88 g;	Wartość energetyczna: 2418.07 kcal; Białko ogółem: 116.18 g; Tłuszcz: 88.91 g; Kw. tł. nasy.: 39.00 g; Węglowodany ogółem: 295.52 g; W tym cukry: 63.09 g; Błonnik pok.: 21.06 g; Sól: 6.87 g;	Wartość energetyczna: 2368.17 kcal; Białko ogółem: 109.78 g; Tłuszcz: 85.28 g; Kw. tł. nasy.: 37.89 g; Węglowodany ogółem: 297.70 g; W tym cukry: 86.76 g; Błonnik pok.: 21.37 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2471.94 kcal; Białko ogółem: 123.45 g; Tłuszcz: 114.29 g; Kw. tł. nasy.: 27.33 g; Węglowodany ogółem: 241.63 g; W tym cukry: 88.93 g; Błonnik pok.: 16.77 g; Sól: 3.81 g;	Wartość energetyczna: 2485.08 kcal; Białko ogółem: 134.01 g; Tłuszcz: 106.90 g; Kw. tł. nasy.: 50.87 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 43.07 g; Błonnik pok.: 29.33 g; Sól: 8.37 g;	Wartość energetyczna: 2470.43 kcal; Białko ogółem: 124.73 g; Tłuszcz: 91.10 g; Kw. tł. nasy.: 42.30 g; Węglowodany ogółem: 294.88 g; W tym cukry: 56.27 g; Błonnik pok.: 23.76 g; Sól: 9.22 g;	Wartość energetyczna: 2504.52 kcal; Białko ogółem: 122.67 kcal; Białko ogółem: 94.63 g; Tłuszcz: 101.80 g; Kw. tł. nasy.: 34.99 g; Węglowodany ogółem: 329.16 g; W tym cukry: 54.39 g; Błonnik pok.: 24.59 g; Sól: 6.76 g;	Wartość energetyczna: 2266.27 kcal; Białko ogółem: 94.63 g; Tłuszcz: 90.45 g; Kw. tł. nasy.: 36.01 g; Węglowodany ogółem: 271.01 g; W tym cukry: 54.39 g; Błonnik pok.: 15.90 g; Sól: 3.94 g;	Wartość energetyczna: 2500.51 kcal; Białko ogółem: 119.96 g; Tłuszcz: 101.19 g; Kw. tł. nasy.: 47.31 g; Węglowodany ogółem: 286.42 g; W tym cukry: 63.17 g; Błonnik pok.: 21.84 g; Sól: 8.82 g;	Wartość energetyczna: 2639.98 kcal; Białko ogółem: 136.75 g; Tłuszcz: 106.82 g; Kw. tł. nasy.: 48.39 g; Węglowodany ogółem: 292.85 g; W tym cukry: 45.03 g; Błonnik pok.: 24.23 g; Sól: 10.12 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 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 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
II SNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb Graham 70 g (GLU, PSZ, OW.) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Mixsałat 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) 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.) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Mixsałat 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) 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.) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok marchwiowy 200ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ, OW.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok marchwiowy 200ml	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.) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Mixsałat 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok marchwiowy 200ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) 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.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Mixsałat 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mixsałat 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) 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 topiony 50 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok marchwiowy 200ml	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 topiony 50 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok marchwiowy 200ml
II SNIADANIE	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml										Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
OBIAD	Grochowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek (j)z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino ( ) 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek (j)z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Płynna odżywcza - solferino ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek (j) b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino ( ) 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek (j)z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek (j)z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino (bez glutenu) ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek (j)z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino ( ) 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek (j)z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino ( ) 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek (j) b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino ( ) 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek (j) b/c 150 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	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.) Pasta z twarogu z rzodkiewki 100 g (MLE.) Ogórek kiszony 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.) Pasta z twarogu z koperkiem 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, ZYT.) Bułka pszenna-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 Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g(tubka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ, OW.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Gryskowia ( ) 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g(tubka) 1 szt	Płynna odżywcza - gryskowia ( ) RYD 700 g (GLU, PSZ, JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Salata zielona 20 g Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ, OW.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g(tubka) 1 szt	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Pomidor 80 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Ogórek kiszony 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.) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE.) 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.) Polewica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g(tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Polewica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g(tubka) 1 szt
PN	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU, PSZ, MLE, OW.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU, PSZ, MLE, OW.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.)	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.) Wafle ryżowe 20 g	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU, PSZ, MLE, OW.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.)
Wartość energetyczna: 2429,09 kcal; Białko ogółem: 82,24 g; Tłuszcz: 74,96 g; Kw. tł. nasy.: 40,24 g; Węglowodany ogółem: 356,69 g; W tym cukry: 61,59 g; Błonnik pok.: 31,91 g; Sól: 7,31 g;	Wartość energetyczna: 2302,76 kcal; Białko ogółem: 84,49 g; Tłuszcz: 70,06 g; Kw. tł. nasy.: 40,12 g; Węglowodany ogółem: 341,86 g; W tym cukry: 66,12 g; Błonnik pok.: 19,23 g; Sól: 5,88 g;	Wartość energetyczna: 2345,54 kcal; Białko ogółem: 80,59 g; Tłuszcz: 68,33 g; Kw. tł. nasy.: 37,47 g; Węglowodany ogółem: 359,10 g; W tym cukry: 94,26 g; Błonnik pok.: 18,76 g; Sól: 5,99 g;	Wartość energetyczna: 2476,72 kcal; Białko ogółem: 90,22 g; Tłuszcz: 69,38 g; Kw. tł. nasy.: 32,23 g; Węglowodany ogółem: 381,33 g; W tym cukry: 94,26 g; Błonnik pok.: 19,57 g; Sól: 5,67 g;	Wartość energetyczna: 2483,35 kcal; Białko ogółem: 126,38 g; Tłuszcz: 73,23 g; Kw. tł. nasy.: 40,86 g; Węglowodany ogółem: 340,99 g; W tym cukry: 58,76 g; Błonnik pok.: 37,14 g; Sól: 8,12 g;	Wartość energetyczna: 2361,74 kcal; Białko ogółem: 77,64 g; Tłuszcz: 66,30 g; Kw. tł. nasy.: 38,18 g; Węglowodany ogółem: 371,40 g; W tym cukry: 79,03 g; Błonnik pok.: 20,09 g; Sól: 9,2 g;	Wartość energetyczna: 2455,62 kcal; Białko ogółem: 85,02 g; Tłuszcz: 82,84 g; Kw. tł. nasy.: 44,73 g; Węglowodany ogółem: 352,83 g; W tym cukry: 58,12 g; Błonnik pok.: 23,83 g; Sól: 6,94 g;	Wartość energetyczna: 1851,00 kcal; Białko ogółem: 48,24 g; Tłuszcz: 61,69 g; Kw. tł. nasy.: 32,38 g; Węglowodany ogółem: 278,02 g; W tym cukry: 41,23 g; Błonnik pok.: 12,48 g; Sól: 2,98 g;	Wartość energetyczna: 2387,95 kcal; Białko ogółem: 65,90 g; Tłuszcz: 76,20 g; Kw. tł. nasy.: 44,18 g; Węglowodany ogółem: 364,92 g; W tym cukry: 82,49 g; Błonnik pok.: 20,72 g; Sól: 6,80 g;	Wartość energetyczna: 2676,42 kcal; Białko ogółem: 77,87 g; Tłuszcz: 83,06 g; Kw. tł. nasy.: 49,25 g; Węglowodany ogółem: 411,31 g; W tym cukry: 92,21 g; Błonnik pok.: 24,17 g; Sól: 9,10 g;	Wartość energetyczna: 2676,42 kcal; Białko ogółem: 77,87 g; Tłuszcz: 83,06 g; Kw. tł. nasy.: 49,25 g; Węglowodany ogółem: 411,31 g; W tym cukry: 92,21 g; Błonnik pok.: 24,17 g; Sól: 9,10 g;	



Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo 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 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
II SN	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ, PSZ) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, 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.) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, 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.) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200ml	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, 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.) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Tofu 50 g (SOJ.) Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Roszponka 10 g	Chleb bezglutenowy 100 g (GLU PSZ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, 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.) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml
II SN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml										
Obiad	Kapuśniak z kapusty białej ( ) 400 ml ( GLUPSZ, SEL, GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z rzepy białej i jabłka ( ) 200 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzynna z ziemniakami ( ) 400 ml ( GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzynna z ziemniakami ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa (zmielona) 100 g Sos ziołowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - wielowarzynna z ziemniakami ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzynna z ziemniakami ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Surówka z rzepy białej i jabłka ( ) 100 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzynna z ziemniakami ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzynna z ziemniakami ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Gulasz z soczewicy i papryki ( ) 200 g (GLUPSZ, SEL.) Surówka z rzepy białej i jabłka ( ) 200 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzynna z ziemniakami ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty białej ( ) 400 ml ( GLU PSZ, SEL, GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	
PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)										
Kolacja	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.) Szprot w sosie pomidorowym 50 g (RYB, SEL.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) 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 ZYT.) Bułka pszenna-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.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 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.) 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 (GLUPSZ, MLE.) 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 z jabłek ( ) b/c 100 g	Płynna odżywcza - ziemniaczana ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Salata zielona 20 g Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szprot w sosie pomidorowym 50 g (RYB, SEL.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 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 z/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	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.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Salata zielona 20 g Chleb bezglutenowy 100 g (GLU PSZ, MLE.) 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 Pomidor 80 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.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) 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.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g
PN	Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt										
	Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2543,45 kcal; Białko ogółem: 111,61 g; Tłuszcz: 87,06 g; Kw. tł. nasy.: 41,50 g; Węglowodany ogółem: 341,56 g; W tym cukry: 66,13 g; Błonnik pok.: 32,87 g; Sól: 6,79 g;	Wartość energetyczna: 2347,52 kcal; Białko ogółem: 100,86 g; Tłuszcz: 73,86 g; Kw. tł. nasy.: 34,06 g; Węglowodany ogółem: 333,61 g; W tym cukry: 66,99 g; Błonnik pok.: 32,15 g; Sól: 8,18 g;	Wartość energetyczna: 2412,53 kcal; Białko ogółem: 100,85 g; Tłuszcz: 74,38 g; Kw. tł. nasy.: 34,61 g; Węglowodany ogółem: 349,50 g; W tym cukry: 66,65 g; Błonnik pok.: 34,42 g; Sól: 9,11 g;	Wartość energetyczna: 2641,31 kcal; Białko ogółem: 109,16 g; Tłuszcz: 74,07 g; Kw. tł. nasy.: 34,16 g; Węglowodany ogółem: 401,59 g; W tym cukry: 70,84 g; Błonnik pok.: 38,01 g; Sól: 8,87 g;	Wartość energetyczna: 2313,35 kcal; Białko ogółem: 120,17 g; Tłuszcz: 113,84 g; Kw. tł. nasy.: 27,23 g; Węglowodany ogółem: 208,70 g; W tym cukry: 91,86 g; Błonnik pok.: 19,70 g; Sól: 3,88 g;	Wartość energetyczna: 2395,38 kcal; Białko ogółem: 111,41 g; Tłuszcz: 78,38 g; Kw. tł. nasy.: 38,85 g; Węglowodany ogółem: 364,73 g; W tym cukry: 63,48 g; Błonnik pok.: 37,03 g; Sól: 7,53 g;	Wartość energetyczna: 2425,95 kcal; Białko ogółem: 98,84 g; Tłuszcz: 73,24 g; Kw. tł. nasy.: 35,95 g; Węglowodany ogółem: 368,05 g; W tym cukry: 65,85 g; Błonnik pok.: 36,41 g; Sól: 5,23 g;	Wartość energetyczna: 2425,95 kcal; Białko ogółem: 190,61 g; Tłuszcz: 67,92 g; Kw. tł. nasy.: 27,12 g; Węglowodany ogółem: 261,99 g; W tym cukry: 41,62 g; Błonnik pok.: 23,86 g; Sól: 4,49 g;	Wartość energetyczna: 2520,68 kcal; Białko ogółem: 99,32 g; Tłuszcz: 86,09 g; Kw. tł. nasy.: 37,99 g; Węglowodany ogółem: 351,75 g; W tym cukry: 69,48 g; Błonnik pok.: 35,67 g; Sól: 8,30 g;	Wartość energetyczna: 2886,96 kcal; Białko ogółem: 121,05 g; Tłuszcz: 94,40 g; Kw. tł. nasy.: 40,70 g; Węglowodany ogółem: 404,36 g; W tym cukry: 76,82 g; Błonnik pok.: 39,08 g; Sól: 10,46 g;	Wartość energetyczna: 2886,96 kcal; Białko ogółem: 121,05 g; Tłuszcz: 94,40 g; Kw. tł. nasy.: 40,70 g; Węglowodany ogółem: 404,36 g; W tym cukry: 76,82 g; Błonnik pok.: 39,08 g; Sól: 10,46 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo 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 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c		
2024-05-22 Środa	II ŚN	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE.) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Ryż na mleku 400 ml (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.) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE.) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Ryż na mleku 400 ml (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.) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	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.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Salata 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.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE.) Jabłko 150 g	Ryż na mleku 400 ml (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.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko 150 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE.) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (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.) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	
		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml										Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	
2024-05-22 Środa	Obiad	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Salatka szwedzka () 200 g (GOR.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Klopsik drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos bazyliowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Salatka szwedzka () 100 g (GOR.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Klopsik drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos bazyliowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy (bez glutenu) () 100 ml (SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt				
		Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE.)										Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE.)	
2024-05-22 Środa	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.) Pierś delikatna z kurzej polki produkt drobiowy z połączonej kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Papryka świeża 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.) Pierś delikatna z kurzej polki produkt drobiowy z połączonej kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Papryka świeża 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.) Pierś delikatna z kurzej polki produkt drobiowy z połączonej kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Jarzynowa z makaronem (dieta) () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurzej polki produkt drobiowy z połączonej kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Jarzynowa z makaronem (dieta) () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	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.) Pierś delikatna z kurzej polki produkt drobiowy z połączonej kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurzej polki produkt drobiowy z połączonej kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurzej polki produkt drobiowy z połączonej kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g 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.) Ser żółty 50 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurzej polki produkt drobiowy z połączonej kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml		
		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)										Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 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) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)
2024-05-22 Środa	PN	Wartość energetyczna: 2540,19 kcal; Białko ogółem: 110,10 g; Tłuszcz: 85,38 g; Kw. tł. nasy.: 44,98 g; Węglowodany ogółem: 344,52 g; W tym cukry: 95,22 g; Błonnik pok.: 24,84 g; Sól: 9,42 g;	Wartość energetyczna: 2520,90 kcal; Białko ogółem: 109,95 g; Tłuszcz: 85,64 g; Kw. tł. nasy.: 45,19 g; Węglowodany ogółem: 333,05 g; W tym cukry: 86,41 g; Błonnik pok.: 18,34 g; Sól: 6,77 g;	Wartość energetyczna: 2478,31 kcal; Białko ogółem: 97,90 g; Tłuszcz: 78,94 g; Kw. tł. nasy.: 41,73 g; Węglowodany ogółem: 350,11 g; W tym cukry: 89,07 g; Błonnik pok.: 19,56 g; Sól: 7,69 g;	Wartość energetyczna: 2587,71 kcal; Białko ogółem: 104,84 g; Tłuszcz: 78,77 g; Kw. tł. nasy.: 41,32 g; Węglowodany ogółem: 372,05 g; W tym cukry: 93,34 g; Błonnik pok.: 20,78 g; Sól: 7,42 g;	Wartość energetyczna: 2522,56 kcal; Białko ogółem: 126,51 g; Tłuszcz: 121,37 g; Kw. tł. nasy.: 31,73 g; Węglowodany ogółem: 337,05 g; W tym cukry: 87,41 g; Błonnik pok.: 28,15 g; Sól: 8,95 g;	Wartość energetyczna: 2435,86 kcal; Białko ogółem: 122,04 g; Tłuszcz: 82,49 g; Kw. tł. nasy.: 42,12 g; Węglowodany ogółem: 313,78 g; W tym cukry: 67,41 g; Błonnik pok.: 28,15 g; Sól: 8,95 g;	Wartość energetyczna: 2520,97 kcal; Białko ogółem: 103,96 g; Tłuszcz: 75,62 g; Kw. tł. nasy.: 38,80 g; Węglowodany ogółem: 363,01 g; W tym cukry: 75,88 g; Błonnik pok.: 22,20 g; Sól: 9,62 g;	Wartość energetyczna: 2341,98 kcal; Białko ogółem: 82,21 g; Tłuszcz: 80,92 g; Kw. tł. nasy.: 48,65 g; Węglowodany ogółem: 326,94 g; W tym cukry: 103,82 g; Błonnik pok.: 29,12 g; Sól: 8,70 g;	Wartość energetyczna: 2095,08 kcal; Białko ogółem: 77,75 g; Tłuszcz: 81,56 g; Kw. tł. nasy.: 38,33 g; Węglowodany ogółem: 264,74 g; W tym cukry: 63,84 g; Błonnik pok.: 15,70 g; Sól: 3,26 g;	Wartość energetyczna: 2733,08 kcal; Białko ogółem: 114,40 g; Tłuszcz: 110,82 g; Kw. tł. nasy.: 50,24 g; Węglowodany ogółem: 325,30 g; W tym cukry: 74,91 g; Błonnik pok.: 19,12 g; Sól: 8,99 g;	Wartość energetyczna: 3115,73 kcal; Białko ogółem: 127,80 g; Tłuszcz: 117,90 g; Kw. tł. nasy.: 55,33 g; Węglowodany ogółem: 392,84 g; W tym cukry: 92,11 g; Błonnik pok.: 22,57 g; Sól: 11,34 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 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 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE, GLU PSZ) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, MLE, SEL) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sojowa wędziona, parzona 50 g Salata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana 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) Szynka sojowa wędziona, parzona 50 g Salata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana 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) Szynka sojowa wędziona, parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sojowa wędziona, 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) 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) Szynka sojowa wędziona, parzona 50 g Salata 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) Szynka sojowa wędziona, parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem 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 pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Salata 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) Szynka sojowa wędziona, parzona 50 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 pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sojowa wędziona, parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/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) Szynka sojowa wędziona, parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml
II ŚN	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE)										Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)
Obiad	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Lazanki z kapusta i mies wp z łopatką 350g (GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Sos mięsno warzywny ( ) z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Makaron 200 g (GLU PSZ) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - barszcz czerwony z ziemni ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Sos mięsno warzywny ( ) z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL) Brokuł gotowany* 200 g Surówka wielowarzynna z olejem b/c ( ) 100 g (SEL) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Sos mięsno warzywny ( ) z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron ze szpinakiem i twarogiem* 350 g (GLU PSZ, MLE) Surówka wielowarzynna z olejem ( ) 200 g (SEL) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron bezglutenowy 200 g Sos mięsno warzywny ( ) z mięsa wieprzowego) (bez glutenu) 150 g (SEL) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Sos mięsno warzywny ( ) z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sos mięsno warzywny ( ) z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sos mięsno warzywny ( ) z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD	Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE)										Budyń o smaku czekoladowym 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 cielęciny ( ) 70 g (GLU PSZ, JAJ, 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 pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarożek 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 pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) 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) Twarożek 100 g (MLE, SEL) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 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) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasztet z cielęciny ( ) 70 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) 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) Pasztet z cielęciny ( ) 70 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) 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) Twarożek 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 pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 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) Ser żółty 50 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g
PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.)
	Wartość energetyczna: 2615,70 kcal; Białko ogółem: 96,23 g; Tłuszcz: 94,61 g; Kw. tł. nasy.: 40,05 g; Węglowodany ogółem: 354,04 g; W tym cukry: 77,26 g; Błonnik pok.: 35,05 g; Sol: 7,74 g;	Wartość energetyczna: 2477,17 kcal; Białko ogółem: 102,28 g; Tłuszcz: 78,84 g; Kw. tł. nasy.: 37,30 g; Węglowodany ogółem: 348,50 g; W tym cukry: 80,44 g; Błonnik pok.: 24,96 g; Sol: 6,58 g;	Wartość energetyczna: 2557,04 kcal; Białko ogółem: 101,89 g; Tłuszcz: 78,95 g; Kw. tł. nasy.: 37,75 g; Węglowodany ogółem: 395,98 g; W tym cukry: 88,59 g; Błonnik pok.: 26,68 g; Sol: 6,78 g;	Wartość energetyczna: 2686,39 kcal; Białko ogółem: 107,77 g; Tłuszcz: 78,58 g; Kw. tł. nasy.: 37,32 g; Węglowodany ogółem: 367,26 g; W tym cukry: 92,70 g; Błonnik pok.: 18,96 g; Sol: 3,92 g;	Wartość energetyczna: 2381,92 kcal; Białko ogółem: 119,57 g; Tłuszcz: 113,60 g; Kw. tł. nasy.: 27,19 g; Węglowodany ogółem: 316,67 g; W tym cukry: 48,85 g; Błonnik pok.: 47,07 g; Sol: 8,21 g;	Wartość energetyczna: 2517,71 kcal; Białko ogółem: 110,47 g; Tłuszcz: 83,12 g; Kw. tł. nasy.: 40,25 g; Węglowodany ogółem: 356,04 g; W tym cukry: 55,31 g; Błonnik pok.: 31,66 g; Sol: 8,89 g;	Wartość energetyczna: 2580,82 kcal; Białko ogółem: 85,12 g; Tłuszcz: 95,88 g; Kw. tł. nasy.: 42,87 g; Węglowodany ogółem: 368,04 g; W tym cukry: 82,45 g; Błonnik pok.: 31,87 g; Sol: 6,86 g;	Wartość energetyczna: 2646,85 kcal; Białko ogółem: 64,30 g; Tłuszcz: 73,31 g; Kw. tł. nasy.: 30,27 g; Węglowodany ogółem: 281,64 g; W tym cukry: 55,12 g; Błonnik pok.: 19,46 g; Sol: 2,89 g;	Wartość energetyczna: 2024,59 kcal; Białko ogółem: 98,66 g; Tłuszcz: 102,00 g; Kw. tł. nasy.: 45,06 g; Węglowodany ogółem: 365,06 g; W tym cukry: 81,59 g; Błonnik pok.: 26,68 g; Sol: 7,77 g;	Wartość energetyczna: 2825,02 kcal; Białko ogółem: 129,57 g; Tłuszcz: 89,61 g; Kw. tł. nasy.: 45,06 g; Węglowodany ogółem: 392,58 g; W tym cukry: 60,06 g; Błonnik pok.: 32,43 g; Sol: 10,11 g;	Wartość energetyczna: 2963,24 kcal; Białko ogółem: 129,57 g; Tłuszcz: 102,00 g; Kw. tł. nasy.: 45,06 g; Węglowodany ogółem: 392,58 g; W tym cukry: 60,06 g; Błonnik pok.: 32,43 g; Sol: 10,11 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo 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 przysw.Łatwo strawna z ogr.łuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
II ŚN	Zacierka na mleku 400 ml ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE,</b> ) Chleb Graham 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE,</b> ) Miód (25g) 2 szt Jabłko 150 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <b>MLE,</b> )	Zacierka na mleku 400 ml ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE,</b> ) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <b>MLE,</b> )	Zacierka na mleku 400 ml ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLUPSZ,</b> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE,</b> ) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <b>MLE,</b> )	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Kakao z mlekiem 250 ml ( <b>MLE,</b> )	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE,</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE,</b> ) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE,</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE,</b> ) Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE,</b> ) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE,</b> ) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <b>MLE,</b> )	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE,</b> ) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE,</b> ) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <b>MLE,</b> )	Zacierka na mleku 400 ml ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE,</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE,</b> ) Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE,</b> ) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE,</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE,</b> ) Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE,</b> ) Jabłko pieczone 150 g
II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml										
Obiad	Kalafiorowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB,</b> ) Surowka z kapusty białej z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB,</b> ) Warzywa po grecku ( ) 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB,</b> ) Surowka z kapusty białej z olejem b/c ( ) 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Warzywa po grecku ( ) 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ryżowa ( ) RYD 700 g ( <b>JAJ, SEL,</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB,</b> ) Surowka z kapusty białej z olejem b/c ( ) 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Warzywa po grecku ( ) 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB,</b> ) Surowka z kapusty białej z olejem b/c ( ) 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 350 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Surowka z kapusty białej z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB,</b> ) Warzywa po grecku ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB,</b> ) Warzywa po grecku ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB,</b> ) Warzywa po grecku ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB,</b> ) Warzywa po grecku ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD	Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g ( <b>GLUPSZ, MLE,</b> )										
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE,</b> ) Szynekowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Jarzynowa z makaronem dieta ( ) 400 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL,</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ,</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE,</b> ) Szynekowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Jarzynowa z makaronem dieta ( ) 400 ml ( <b>GLUPSZ, JAJ, SEL,</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem ( ) RYD 700 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL,</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE,</b> ) Szynekowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Ogórek świeży 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 ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <b>MLE,</b> )					Kanaпка z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <b>MLE,</b> )		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <b>MLE,</b> )		Kanaпка z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE, GLU ZYT,</b> ) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <b>MLE,</b> )	
	Wartość energetyczna: 2722.07 kcal; Białko ogółem: 100.38 g; Tłuszcz: 92.49 g; Kw. tł. nasy.: 39.46 g; Węglowodany ogółem: 383.01 g; W tym cukry: 90.87 g; Błonnik pok.: 26.51 g; Sol: 5.55 g;	Wartość energetyczna: 2566.50 kcal; Białko ogółem: 98.28 g; Tłuszcz: 79.97 g; Kw. tł. nasy.: 38.52 g; Węglowodany ogółem: 374.42 g; W tym cukry: 90.28 g; Błonnik pok.: 25.34 g; Sol: 5.62 g;	Wartość energetyczna: 2562.63 kcal; Białko ogółem: 101.83 g; Tłuszcz: 76.55 g; Kw. tł. nasy.: 37.43 g; Węglowodany ogółem: 420.90 g; W tym cukry: 93.20 g; Błonnik pok.: 26.12 g; Sol: 7.64 g;	Wartość energetyczna: 2743.59 kcal; Białko ogółem: 105.81 g; Tłuszcz: 76.70 g; Kw. tł. nasy.: 37.38 g; Węglowodany ogółem: 420.90 g; W tym cukry: 98.70 g; Błonnik pok.: 28.76 g; Sol: 7.81 g;	Wartość energetyczna: 2563.99 kcal; Białko ogółem: 130.90 g; Tłuszcz: 123.47 g; Kw. tł. nasy.: 32.91 g; Węglowodany ogółem: 238.99 g; W tym cukry: 103.92 g; Błonnik pok.: 14.91 g; Sol: 4.15 g;	Wartość energetyczna: 2420.10 kcal; Białko ogółem: 119.88 g; Tłuszcz: 81.38 g; Kw. tł. nasy.: 39.49 g; Węglowodany ogółem: 319.73 g; W tym cukry: 77.74 g; Błonnik pok.: 33.66 g; Sol: 6.88 g;	Wartość energetyczna: 2577.02 kcal; Białko ogółem: 116.27 g; Tłuszcz: 76.73 g; Kw. tł. nasy.: 38.39 g; Węglowodany ogółem: 370.17 g; W tym cukry: 92.63 g; Błonnik pok.: 30.25 g; Sol: 10.04 g;	Wartość energetyczna: 2540.65 kcal; Białko ogółem: 81.39 g; Tłuszcz: 75.96 g; Kw. tł. nasy.: 37.94 g; Węglowodany ogółem: 333.96 g; W tym cukry: 61.93 g; Błonnik pok.: 25.39 g; Sol: 4.61 g;	Wartość energetyczna: 2077.08 kcal; Białko ogółem: 62.16 g; Tłuszcz: 71.30 g; Kw. tł. nasy.: 30.81 g; Węglowodany ogółem: 303.87 g; W tym cukry: 61.93 g; Błonnik pok.: 19.80 g; Sol: 2.63 g;	Wartość energetyczna: 2561.27 kcal; Białko ogółem: 98.82 g; Tłuszcz: 80.15 g; Kw. tł. nasy.: 38.56 g; Węglowodany ogółem: 372.71 g; W tym cukry: 93.38 g; Błonnik pok.: 26.59 g; Sol: 6.59 g;	Wartość energetyczna: 2896.86 kcal; Białko ogółem: 129.54 g; Tłuszcz: 88.04 g; Kw. tł. nasy.: 43.72 g; Węglowodany ogółem: 411.83 g; W tym cukry: 109.28 g; Błonnik pok.: 31.76 g; Sol: 9.37 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 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 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
2024-05-25 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) 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> ) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane, wędz.parz w ost. niejadalne) 140 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Ketchup 20 g ( <u>SEL,</u> ) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Salata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</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> ) Polewica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</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> ) Polewica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Polewica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem 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> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Polewica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem 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> ) Polewica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</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> ) Szywna Piastowska- wp. wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Szywna Piastowska- wp. wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</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> ) Polewica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Sok pomidorowy 200 ml
		II SN	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )						Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )			
2024-05-25 sobota	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami (l) 400 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL,</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ,</u> ) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Salatka z buraczków ijabka z olejem (l) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (l) 400 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL,</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ,</u> ) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Salatka z buraczków ijabka z olejem (l) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (l) 400 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL,</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ,</u> ) Pulpet drobiowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Buraczki podprawiane -drobno tarte (l) 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (l) 400 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL,</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ,</u> ) Pulpet drobiowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Buraczki podprawiane -drobno tarte (l) 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana (l) RYD 700 g ( <u>JAJ, SEL,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami (l) 400 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL,</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ,</u> ) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Salatka z buraczków ijabka z olejem (l) 100 g Surówka wykwitna z olejem b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (l) 400 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL,</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ,</u> ) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Buraczki podprawiane -drobno tarte (l) 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami (l) 400 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL,</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ,</u> ) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Salatka z buraczków ijabka z olejem (l) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) (l) 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Ryz na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g ( <u>JAJ,</u> ) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Salatka z buraczków ijabka z olejem (l) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami (l) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ,</u> ) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Buraczki podprawiane -drobno tarte (l) 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
		PD	Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml ( <u>MLE,</u> )						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200ml ( <u>MLE,</u> )			
2024-05-25 sobota	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> ) Szynkowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 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> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) 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 Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLUPSZ,</u> ) Selerowa z makaronem (l) 400 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) 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 Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płynna odżywcza - selerowa z makaronem (l) 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> ) Szynkowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) 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 Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	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> ) Ser topiony 50 g ( <u>MLE,</u> ) 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 debowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 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> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Ser topiony 50 g ( <u>MLE,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
		PN	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Wafle ryżowe 20 g		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE,</u> )		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <u>MLE,</u> )		Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Wafle ryżowe 20 g		Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,</u> ) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <u>MLE,</u> )	
	Wartość energetyczna: 2762,37 kcal; Białko ogółem: 110,19 g; Tłuszcz: 104,12 g; Kw. tł. nasy.: 46,40 g; Węglowodany ogółem: 356,91 g; W tym cukry: 71,30 g; Błonnik pok.: 29,79 g; Sol: 11,94 g;	Wartość energetyczna: 2526,45 kcal; Białko ogółem: 97,15 g; Tłuszcz: 83,14 g; Kw. tł. nasy.: 39,03 g; Węglowodany ogółem: 357,03 g; W tym cukry: 69,07 g; Błonnik pok.: 27,78 g; Sol: 8,90 g;	Wartość energetyczna: 2689,68 kcal; Białko ogółem: 99,10 g; Tłuszcz: 72,82 g; Kw. tł. nasy.: 38,08 g; Węglowodany ogółem: 384,23 g; W tym cukry: 86,16 g; Błonnik pok.: 27,61 g; Sol: 8,96 g;	Wartość energetyczna: 2462,59 kcal; Białko ogółem: 104,54 g; Tłuszcz: 74,49 g; Kw. tł. nasy.: 37,73 g; Węglowodany ogółem: 410,25 g; W tym cukry: 100,29 g; Błonnik pok.: 31,38 g; Sol: 8,90 g;	Wartość energetyczna: 2378,32 kcal; Białko ogółem: 125,67 g; Tłuszcz: 122,18 g; Kw. tł. nasy.: 32,03 g; Węglowodany ogółem: 225,04 g; W tym cukry: 103,77 g; Błonnik pok.: 20,61 g; Sol: 5,02 g;	Wartość energetyczna: 2475,44 kcal; Białko ogółem: 105,08 g; Tłuszcz: 75,35 g; Kw. tł. nasy.: 40,72 g; Węglowodany ogółem: 351,79 g; W tym cukry: 52,57 g; Błonnik pok.: 29,44 g; Sol: 11,59 g;	Wartość energetyczna: 2263,95 kcal; Białko ogółem: 103,73 g; Tłuszcz: 85,29 g; Kw. tł. nasy.: 43,77 g; Węglowodany ogółem: 352,38 g; W tym cukry: 68,46 g; Błonnik pok.: 36,93 g; Sol: 7,33 g;	Wartość energetyczna: 2107,06 kcal; Białko ogółem: 65,66 g; Tłuszcz: 79,49 g; Kw. tł. nasy.: 31,58 g; Węglowodany ogółem: 287,58 g; W tym cukry: 42,15 g; Błonnik pok.: 16,42 g; Sol: 4,94 g;	Wartość energetyczna: 2601,88 kcal; Białko ogółem: 96,72 g; Tłuszcz: 84,80 g; Kw. tł. nasy.: 45,62 g; Węglowodany ogółem: 373,29 g; W tym cukry: 86,45 g; Błonnik pok.: 26,64 g; Sol: 8,89 g;	Wartość energetyczna: 2833,30 kcal; Białko ogółem: 125,34 g; Tłuszcz: 97,17 g; Kw. tł. nasy.: 50,69 g; Węglowodany ogółem: 364,64 g; Błonnik pok.: 31,56 g; Sol: 12,18 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo 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 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
2024-05-26 niedziela	II SN	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> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 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> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo o smaku naturalnym z ziołami 100 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Sałata zielona 20 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> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo o smaku naturalnym z ziołami 100 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLUPSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo o smaku naturalnym z ziołami 100 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ) Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo o smaku naturalnym z ziołami 100 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo o smaku naturalnym z ziołami 100 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo o smaku naturalnym z ziołami 100 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 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> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Mus z jabłek ( ) b/c 100 g
							Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
2024-05-26 niedziela	Obiad	Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Kotlet schabowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Mizerna 200 g ( <u>MLE</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Schab gotowany -zmielony 100 g Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Warzywa po grecku ( ) b/c 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Schab gotowany -zmielony 100 g Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Warzywa po grecku ( ) b/c 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - pomidorowa z makaronem ( ) RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Mizerna 100 g ( <u>MLE</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Warzywa po grecku ( ) b/c 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Falefele klopsiki z ciecierzycy 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Mizerna 200 g ( <u>MLE</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
							Kefir 2 % tł 200g 1 szt ( <u>MLE</u> )					Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> )
2024-05-26 niedziela	Kolacja	Pomidor 80 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> ) Szynkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 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> ) Szynkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLUPSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ryżowa ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - ryżowa ( ) RYD 700 g ( <u>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> ) Szynkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Pomidor 80 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> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 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> ) Szynkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml 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 kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	
			Przecier owocowo-warzywny jabko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE.</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) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</u> )	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</u> )	Przecier owocowo-warzywny jabko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE.</u> )	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</u> )	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</u> )	
	Wartość energetyczna: 2281,27 kcal; Białko ogółem: 89,95 g; Tłuszcz: 84,46 g; Kw. tł. nasy.: 41,38 g; Węglowodany ogółem: 299,62 g; W tym cukry: 58,69 g; Błonnik pok.: 22,33 g; Sól: 7,17 g;	Wartość energetyczna: 2005,28 kcal; Białko ogółem: 100,19 g; Tłuszcz: 56,13 g; Kw. tł. nasy.: 29,57 g; Węglowodany ogółem: 277,78 g; W tym cukry: 51,68 g; Błonnik pok.: 16,65 g; Sól: 6,03 g;	Wartość energetyczna: 2135,86 kcal; Białko ogółem: 98,41 g; Tłuszcz: 59,77 g; Kw. tł. nasy.: 30,12 g; Węglowodany ogółem: 312,19 g; W tym cukry: 62,58 g; Błonnik pok.: 27,32 g; Sól: 7,25 g;	Wartość energetyczna: 2545,16 kcal; Białko ogółem: 118,21 g; Tłuszcz: 66,47 g; Kw. tł. nasy.: 33,72 g; Węglowodany ogółem: 380,76 g; W tym cukry: 91,79 g; Błonnik pok.: 28,87 g; Sól: 7,34 g;	Wartość energetyczna: 2465,95 kcal; Białko ogółem: 120,26 g; Tłuszcz: 77,22 g; Kw. tł. nasy.: 45,35 g; Węglowodany ogółem: 276,36 g; W tym cukry: 33,72 g; Błonnik pok.: 30,15 g; Sól: 8,26 g;	Wartość energetyczna: 2334,21 kcal; Białko ogółem: 113,73 g; Tłuszcz: 66,59 g; Kw. tł. nasy.: 45,35 g; Węglowodany ogółem: 331,90 g; W tym cukry: 39,45 g; Błonnik pok.: 33,07 g; Sól: 9,51 g;	Wartość energetyczna: 2183,02 kcal; Białko ogółem: 73,64 g; Tłuszcz: 81,23 g; Kw. tł. nasy.: 40,91 g; Węglowodany ogółem: 247,43 g; W tym cukry: 58,01 g; Błonnik pok.: 18,61 g; Sól: 5,67 g;	Wartość energetyczna: 1830,54 kcal; Białko ogółem: 78,73 g; Tłuszcz: 57,66 g; Kw. tł. nasy.: 26,59 g; Węglowodany ogółem: 247,43 g; W tym cukry: 42,88 g; Błonnik pok.: 11,41 g; Sól: 3,10 g;	Wartość energetyczna: 2166,73 kcal; Białko ogółem: 99,24 g; Tłuszcz: 69,00 g; Kw. tł. nasy.: 40,02 g; Węglowodany ogółem: 292,28 g; W tym cukry: 51,47 g; Błonnik pok.: 18,81 g; Sól: 7,98 g;	Wartość energetyczna: 2403,08 kcal; Białko ogółem: 114,36 g; Tłuszcz: 78,82 g; Kw. tł. nasy.: 47,13 g; Węglowodany ogółem: 315,99 g; W tym cukry: 29,54 g; Błonnik pok.: 24,56 g; Sól: 10,25 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,