

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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/P4 Płynna wzmocniona/Łatwostrawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Vegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb Graham 70 g (GLU, PSZ.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa wędzona 50g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Sałata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa wędzona 50g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Sałata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa wędzona 50g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa wędzona 50g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Płynna odtwycza - 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.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa wędzona 50g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa wędzona 50g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa wędzona 50g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa wędzona 50g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa wędzona 50g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Jabłko pieczone 150 g
Tł.SN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)									Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)	
Obiad	Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą () 200 g (GLU, PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (GLU, PSZ, SOJ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos koperkowy () 100 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odtwycza - brokułowa z ryżem () RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą () 200 g (GLU, PSZ, SEL.) Sos koperkowy () 100 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos koperkowy () 100 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą () 200 g (GLU, PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* (bez glutenu) 200 g (SOJ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (GLU, PSZ, SOJ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (GLU, PSZ, SOJ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml										
Kolejnia	Roszonka 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twaróg półtłusty 50 g Szczerb w sosie pomidorowym 50 g (RYB, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	Roszonka 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twaróg 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twaróg 100 g (MLE) Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odtwycza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (GLU, PSZ, JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Roszonka 10 g Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Szczerb w sosie pomidorowym 50 g (RYB, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 90 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twaróg 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Roszonka 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twaróg 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	Roszonka 10 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU, ŻYT.) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU, ŻYT.) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU, ŻYT.) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)		
	Wartość energetyczna: 2415.31 kcal; Białko ogółem: 86.30 g; Tłuszcz: 76.31 g; Kw. tł. nasy.: 35.80 g; Węglowodany ogółem: 361.14 g; W tym cukry: 92.66 g; Błonnik pok.: 37.43 g; Sól: 7.78 g;	Wartość energetyczna: 2317.72 kcal; Białko ogółem: 84.90 g; Tłuszcz: 74.23 g; Kw. tł. nasy.: 35.28 g; Węglowodany ogółem: 340.57 g; W tym cukry: 89.13 g; Błonnik pok.: 32.97 g; Sól: 7.93 g;	Wartość energetyczna: 2427.57 kcal; Białko ogółem: 97.77 g; Tłuszcz: 75.83 g; Kw. tł. nasy.: 36.50 g; Węglowodany ogółem: 351.71 g; W tym cukry: 97.14 g; Błonnik pok.: 32.12 g; Sól: 8.49 g;	Wartość energetyczna: 2520.86 kcal; Białko ogółem: 104.71 g; Tłuszcz: 75.66 g; Kw. tł. nasy.: 36.09 g; Węglowodany ogółem: 373.65 g; W tym cukry: 101.41 g; Błonnik pok.: 33.34 g; Sól: 8.22 g;	Wartość energetyczna: 2520.86 kcal; Białko ogółem: 127.89 g; Tłuszcz: 117.74 g; Kw. tł. nasy.: 28.24 g; Węglowodany ogółem: 247.48 g; W tym cukry: 96.98 g; Błonnik pok.: 26.62 g; Sól: 4.94 g;	Wartość energetyczna: 2312.51 kcal; Białko ogółem: 89.21 g; Tłuszcz: 74.37 g; Kw. tł. nasy.: 36.02 g; Węglowodany ogółem: 340.35 g; W tym cukry: 76.42 g; Błonnik pok.: 43.82 g; Sól: 8.13 g;	Wartość energetyczna: 2439.18 kcal; Białko ogółem: 96.20 g; Tłuszcz: 74.09 g; Kw. tł. nasy.: 36.77 g; Węglowodany ogółem: 359.94 g; W tym cukry: 85.66 g; Błonnik pok.: 32.58 g; Sól: 9.94 g;	Wartość energetyczna: 2482.33 kcal; Białko ogółem: 87.46 g; Tłuszcz: 85.48 g; Kw. tł. nasy.: 43.90 g; Węglowodany ogółem: 268.02 g; W tym cukry: 94.27 g; Błonnik pok.: 35.09 g; Sól: 7.62 g;	Wartość energetyczna: 1870.31 kcal; Białko ogółem: 50.28 g; Tłuszcz: 69.37 g; Kw. tł. nasy.: 28.16 g; Węglowodany ogółem: 268.02 g; W tym cukry: 67.56 g; Błonnik pok.: 24.26 g; Sól: 4.11 g;	Wartość energetyczna: 2788.68 kcal; Białko ogółem: 103.62 g; Tłuszcz: 93.84 g; Kw. tł. nasy.: 45.39 g; Węglowodany ogółem: 399.38 g; W tym cukry: 98.69 g; Błonnik pok.: 38.78 g; Sól: 11.81 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Latwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Latwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Latwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.latwo przys.wegl/Latwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
2024-05-29 wtorek	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), Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkami surowców wiewrzowych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.), Ogórek świeży 80 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Sałata lodowa 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g, Sałata lodowa 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Sok pomidorowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE), Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g, Ogórek świeży 80 g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Sok pomidorowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g, Sałata lodowa 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g, Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g, Sałata lodowa 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkami surowców wiewrzowych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.), Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Sok pomidorowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkami surowców wiewrzowych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.), Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Sok pomidorowy 200 ml
		Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE)										Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE)
2024-05-29 wtorek	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ), Szyunka wiewrzowa pieczona 100 g, Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Makaron 200 g (GLU PSZ), Szyunka wiewrzowa gotowana 100 g, Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Makaron 200 g (GLU PSZ), Szyunka wiewrzowa gotowana (zmielona) 100 g, Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - solferino () RYD 700 g (JAJ, SEL.), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ), Szyunka wiewrzowa gotowana 100 g, Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Makaron 200 g (GLU PSZ), Szyunka wiewrzowa gotowana 100 g, Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Makaron z warzywami i serem żółtym* 350 g (GLU PSZ, MLE), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino (bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL.), Makaron bezglutenowy 200 g, Szyunka wiewrzowa gotowana 100 g, Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (MLE), Dynia duszona z olejem* (bez glutenu) 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Makaron 200 g (GLU PSZ), Szyunka wiewrzowa gotowana 100 g, Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
		Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (GLU PSZ, MLE)										Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (GLU PSZ, MLE)
2024-05-29 wtorek	Kolacja	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, 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 - ziemniaczana () RYD 700 g (JAJ, SEL.), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Pomidor 80 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml, Sałata zielona 20 g	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml, Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ), Pomidor 80 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g, Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Pomidor 80 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Sałata zielona 20 g	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml, Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	
		Rogal maślany 50g, 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE), Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)										Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)
2024-05-29 wtorek	PN	Rogal maślany 50g, 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE), Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g), 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.), Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszaný 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g), 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.), Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Rogal maślany 50g, 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE), Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Rogal maślany 50g, 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE), Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszaný 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g), 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.), Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	
		Wartość energetyczna: 2688.52 kcal; Białko ogółem: 123.78 g; Tłuszcz: 90.06 g; Kw. tł. nasy.: 41.42 g; Węglowodany ogółem: 351.97 g; W tym cukry: 66.55 g; Błonnik pok.: 27.58 g; Sól: 7.79 g;	Wartość energetyczna: 2636.00 kcal; Białko ogółem: 117.58 g; Tłuszcz: 80.25 g; Kw. tł. nasy.: 39.03 g; Węglowodany ogółem: 366.13 g; W tym cukry: 72.84 g; Błonnik pok.: 21.16 g; Sól: 7.86 g;	Wartość energetyczna: 2704.28 kcal; Białko ogółem: 117.43 g; Tłuszcz: 80.44 g; Kw. tł. nasy.: 39.02 g; Węglowodany ogółem: 380.54 g; W tym cukry: 85.80 g; Błonnik pok.: 21.08 g; Sól: 8.79 g;	Wartość energetyczna: 2933.06 kcal; Białko ogółem: 125.74 g; Tłuszcz: 80.13 g; Kw. tł. nasy.: 38.57 g; Węglowodany ogółem: 432.63 g; W tym cukry: 89.99 g; Błonnik pok.: 24.67 g; Sól: 8.55 g;	Wartość energetyczna: 2479.59 kcal; Białko ogółem: 127.15 g; Tłuszcz: 122.77 g; Kw. tł. nasy.: 32.16 g; Węglowodany ogółem: 226.61 g; W tym cukry: 108.41 g; Błonnik pok.: 21.92 g; Sól: 4.40 g;	Wartość energetyczna: 2354.40 kcal; Białko ogółem: 121.99 g; Tłuszcz: 80.02 g; Kw. tł. nasy.: 40.51 g; Węglowodany ogółem: 295.41 g; W tym cukry: 61.70 g; Błonnik pok.: 32.72 g; Sól: 8.40 g;	Wartość energetyczna: 2540.59 kcal; Białko ogółem: 115.84 g; Tłuszcz: 78.58 g; Kw. tł. nasy.: 40.47 g; Węglowodany ogółem: 347.43 g; W tym cukry: 78.43 g; Błonnik pok.: 23.51 g; Sól: 10.09 g;	Wartość energetyczna: 2692.91 kcal; Białko ogółem: 88.53 g; Tłuszcz: 102.16 g; Kw. tł. nasy.: 52.27 g; Węglowodany ogółem: 364.84 g; W tym cukry: 67.52 g; Błonnik pok.: 23.99 g; Sól: 5.14 g;	Wartość energetyczna: 1967.56 kcal; Białko ogółem: 73.69 g; Tłuszcz: 71.71 g; Kw. tł. nasy.: 31.96 g; Węglowodany ogółem: 258.25 g; W tym cukry: 47.42 g; Błonnik pok.: 15.30 g; Sól: 4.57 g;	Wartość energetyczna: 2801.78 kcal; Białko ogółem: 121.38 g; Tłuszcz: 88.06 g; Kw. tł. nasy.: 41.29 g; Węglowodany ogółem: 383.39 g; W tym cukry: 86.08 g; Błonnik pok.: 21.36 g; Sól: 8.48 g;	Wartość energetyczna: 2947.83 kcal; Białko ogółem: 134.30 g; Tłuszcz: 93.49 g; Kw. tł. nasy.: 46.77 g; Węglowodany ogółem: 397.35 g; W tym cukry: 96.67 g; Błonnik pok.: 24.56 g; Sól: 10.19 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Latwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Latwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Latwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.latwo prys.wegl/Latwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Vegetariańska	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, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Jabłko 150 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU 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. naturalny 100 g (MLE) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Salata zielona 20 g	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. naturalny 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU OW.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 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) Tofu 50 g (SOJ.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g (MLE) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	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. naturalny 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 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) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml
Tł.SN						Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko pieczone 150 g
Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g (GLU PSZ, JAJ.) Kotlet mielony drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysiwka () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Płynna odżywcza - grysiwka RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysiwka () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Zapiekanka z ziemnioków i warzyw () 350 g (JAJ, MLE, SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Zapiekanka z ziemnioków i warzyw () 350 g (JAJ, MLE, SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte (bez glutenu) () 100 ml (SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez glutenu) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 100 g (JAJ.) Sos jarzynowy (bez glutenu) 100 ml (SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez glutenu) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysiwka () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez glutenu) 100 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE)
Kolejka	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) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 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 (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płynna odżywcza - ryżowa RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata lodowa 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g (MLE) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
PN		Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
	Wartość energetyczna: 2894,84 kcal; Białko ogółem: 112,59 g; Tłuszcz: 100,91 g; Kw. tł. nasy.: 44,35 g; Węglowodany ogółem: 399,95 g; W tym cukry: 82,96 g; Błonnik pok.: 35,60 g; Sól: 8,00 g;	Wartość energetyczna: 2319,56 kcal; Białko ogółem: 97,25 g; Tłuszcz: 63,09 g; Kw. tł. nasy.: 32,60 g; Węglowodany ogółem: 351,92 g; W tym cukry: 82,10 g; Błonnik pok.: 27,52 g; Sól: 6,87 g;	Wartość energetyczna: 2314,34 kcal; Białko ogółem: 99,31 g; Tłuszcz: 62,61 g; Kw. tł. nasy.: 32,57 g; Węglowodany ogółem: 347,04 g; W tym cukry: 69,74 g; Błonnik pok.: 27,85 g; Sól: 7,80 g;	Wartość energetyczna: 2445,69 kcal; Białko ogółem: 105,19 g; Tłuszcz: 62,24 g; Kw. tł. nasy.: 32,14 g; Węglowodany ogółem: 375,76 g; W tym cukry: 73,33 g; Błonnik pok.: 28,63 g; Sól: 7,52 g;	Wartość energetyczna: 2524,91 kcal; Białko ogółem: 105,99 g; Tłuszcz: 83,02 g; Kw. tł. nasy.: 28,45 g; Węglowodany ogółem: 246,12 g; W tym cukry: 95,92 g; Błonnik pok.: 23,70 g; Sól: 4,16 g;	Wartość energetyczna: 2466,80 kcal; Białko ogółem: 93,45 g; Tłuszcz: 58,74 g; Kw. tł. nasy.: 42,47 g; Węglowodany ogółem: 342,70 g; W tym cukry: 62,16 g; Błonnik pok.: 38,41 g; Sól: 9,19 g;	Wartość energetyczna: 2268,47 kcal; Białko ogółem: 93,45 g; Tłuszcz: 58,74 g; Kw. tł. nasy.: 31,73 g; Węglowodany ogółem: 351,34 g; W tym cukry: 65,88 g; Błonnik pok.: 31,16 g; Sól: 8,92 g;	Wartość energetyczna: 2506,29 kcal; Białko ogółem: 95,11 g; Tłuszcz: 83,39 g; Kw. tł. nasy.: 41,46 g; Węglowodany ogółem: 359,33 g; W tym cukry: 93,70 g; Błonnik pok.: 36,17 g; Sól: 5,39 g;	Wartość energetyczna: 1897,11 kcal; Białko ogółem: 67,08 g; Tłuszcz: 58,81 g; Kw. tł. nasy.: 25,88 g; Węglowodany ogółem: 280,24 g; W tym cukry: 57,30 g; Błonnik pok.: 19,59 g; Sól: 3,56 g;	Wartość energetyczna: 2314,34 kcal; Białko ogółem: 99,31 g; Tłuszcz: 62,61 g; Kw. tł. nasy.: 32,57 g; Węglowodany ogółem: 347,04 g; W tym cukry: 69,74 g; Błonnik pok.: 27,85 g; Sól: 7,80 g;	Wartość energetyczna: 2562,68 kcal; Białko ogółem: 108,37 g; Tłuszcz: 67,62 g; Kw. tł. nasy.: 36,09 g; Węglowodany ogółem: 390,93 g; W tym cukry: 84,50 g; Błonnik pok.: 33,28 g; Sól: 9,30 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	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	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ, PSZ,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 80 g (MLE) Ogórek świeży 100 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Twarożek 100 g (MLE) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Sok marchwiowy 200 ml	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarożek 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 (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, PSZ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (MLE) Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Twarożek 100 g (MLE) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Twarożek 100 g (MLE) Sok marchwiowy 200 ml	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (MLE) Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Sok marchwiowy 200 ml	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Sok marchwiowy 200 ml	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Sok marchwiowy 200 ml
Tłuszcze						Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE,)	Jabłko pieczone 150 g				Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE,)	
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,) Risotto z mięsem wiewprz i warzywami() 350 g (SEL,) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ,) Surówka z selera i jabłka z olejem () 200 g (SEL,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Risotto z mięsem wiewprz i warzywami() 350 g (SEL,) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ,) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (JAJ, SEL,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,) Risotto z mięsem wiewprz i warzywami() 350 g (SEL,) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ,) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (SEL,) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Risotto z mięsem wiewprz i warzywami() 350 g (SEL,) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ,) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem () 200 g (SEL,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,) Risotto z mięsem wiewprz 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,) Risotto z mięsem wiewprz 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	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,) Risotto z mięsem wiewprz 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		
PD						Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyńska soltysa wiewprzowa,wędzona ,parzona 50 g Salatką jarzynowa z olejem () 100 g (SEL,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyńska soltysa wiewprzowa,wędzona ,parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salatką jarzynowa z olejem () 100 g (SEL,)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyńska soltysa wiewprzowa,wędzona ,parzona 50 g Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salatką jarzynowa z olejem () 100 g (SEL,)	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, PSZ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyńska soltysa wiewprzowa,wędzona ,parzona 50 g Salatką jarzynowa z olejem () 100 g (SEL,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyńska soltysa wiewprzowa,wędzona ,parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Salatką jarzynowa z olejem () 100 g (SEL,)	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) Hummus 100 g (SEL,) Salatką jarzynowa z olejem () 100 g (SEL,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyńska soltysa wiewprzowa,wędzona ,parzona 50 g Salatką jarzynowa z olejem () 100 g (SEL,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyńska soltysa wiewprzowa,wędzona ,parzona 50 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) Szyńska soltysa wiewprzowa,wędzona ,parzona 50 g 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) Szyńska soltysa wiewprzowa,wędzona ,parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/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) Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE,)		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE,)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,)	Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE,)	Wafle ryżowe 20 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE)	Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE,)	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,)	
	Wartość energetyczna: 2784,78 kcal; Białko ogółem: 111,02 g; Tłuszcz: 94,37 g; Kw. tł. nasy.: 43,54 g; Węglowodany ogółem: 391,54 g; W tym cukry: 73,50 g; Błonnik pok.: 40,21 g; Sól: 7,06 g;	Wartość energetyczna: 2736,84 kcal; Białko ogółem: 108,07 g; Tłuszcz: 97,47 g; Kw. tł. nasy.: 42,86 g; Węglowodany ogółem: 368,93 g; W tym cukry: 68,78 g; Błonnik pok.: 26,91 g; Sól: 6,81 g;	Wartość energetyczna: 2764,44 kcal; Białko ogółem: 107,66 g; Tłuszcz: 97,14 g; Kw. tł. nasy.: 42,75 g; Węglowodany ogółem: 375,17 g; W tym cukry: 76,14 g; Błonnik pok.: 27,26 g; Sól: 6,86 g;	Wartość energetyczna: 2793,14 kcal; Białko ogółem: 112,92 g; Tłuszcz: 90,33 g; Kw. tł. nasy.: 38,14 g; Węglowodany ogółem: 392,55 g; W tym cukry: 79,42 g; Błonnik pok.: 31,45 g; Sól: 6,40 g;	Wartość energetyczna: 2490,34 kcal; Białko ogółem: 128,22 g; Tłuszcz: 117,06 g; Kw. tł. nasy.: 28,07 g; Węglowodany ogółem: 239,64 g; W tym cukry: 96,10 g; Błonnik pok.: 23,47 g; Sól: 4,19 g;	Wartość energetyczna: 2269,22 kcal; Białko ogółem: 85,86 g; Tłuszcz: 89,47 g; Kw. tł. nasy.: 37,90 g; Węglowodany ogółem: 308,16 g; W tym cukry: 34,93 g; Błonnik pok.: 38,71 g; Sól: 7,15 g;	Wartość energetyczna: 2456,41 kcal; Białko ogółem: 91,37 g; Tłuszcz: 89,47 g; Kw. tł. nasy.: 39,68 g; Węglowodany ogółem: 333,80 g; W tym cukry: 56,09 g; Błonnik pok.: 31,61 g; Sól: 7,74 g;	Wartość energetyczna: 2954,07 kcal; Białko ogółem: 96,17 g; Tłuszcz: 116,03 g; Kw. tł. nasy.: 42,84 g; Węglowodany ogółem: 394,98 g; W tym cukry: 74,65 g; Błonnik pok.: 38,57 g; Sól: 7,83 g;	Wartość energetyczna: 2251,67 kcal; Białko ogółem: 71,25 g; Tłuszcz: 90,89 g; Kw. tł. nasy.: 35,79 g; Węglowodany ogółem: 294,08 g; W tym cukry: 44,05 g; Błonnik pok.: 21,16 g; Sól: 3,50 g;	Wartość energetyczna: 2728,46 kcal; Białko ogółem: 96,15 g; Tłuszcz: 101,42 g; Kw. tł. nasy.: 48,54 g; Węglowodany ogółem: 364,17 g; W tym cukry: 83,97 g; Błonnik pok.: 24,65 g; Sól: 7,64 g;	Wartość energetyczna: 2743,43 kcal; Białko ogółem: 97,94 g; Tłuszcz: 101,80 g; Kw. tł. nasy.: 49,61 g; Węglowodany ogółem: 366,10 g; W tym cukry: 65,82 g; Błonnik pok.: 27,04 g; Sól: 8,90 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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/P4 Płynna wzmocniona/Łatwostrawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwostrawna 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 (GLU PSZ, MLE.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Dżem brzoskwinowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko 150 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE.)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Dżem brzoskwinowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko 150 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE.)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Dżem brzoskwinowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Dżem brzoskwinowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (GLU PSZ, 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.) Ser żółty 50 g (MLE.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 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.) Serek homo. o smaku naturalnym z zieleni 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Dżem brzoskwinowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko 150 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Dżem brzoskwinowy 60 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko 150 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE.)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g
Tł. SN						Jabłko 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)				Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)
Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem (l) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (l) 200 g Ryba smażona (Morszczyk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Salatka z kapusty czerwonej z olejem l 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem (l) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (l) 200 g Ryba pieczona (Morszczyk) 100 g (RYB.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem (l) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (l) 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczyk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos pietruszkowy (l) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - dyniowa z makaronem (l) RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem (l) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (l) 200 g Ryba pieczona (Morszczyk) 100 g (RYB.) Salatka z kapusty czerwonej z olejem l 200 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem (l) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (l) 200 g Ryba pieczona (Morszczyk) 100 g (RYB.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem (l) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kotlety gryczane z cebulką i twarogiem 350 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Salatka z kapusty czerwonej z olejem l 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem (bez glutenu) (l) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (l) 200 g Ryba pieczona (Morszczyk) 100 g (RYB.) Szpinak gotowany z olejem. (bez glutenu)* 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem (l) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (l) 200 g Ryba pieczona (Morszczyk) 100 g (RYB.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem (l) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (l) 200 g Ryba pieczona (Morszczyk) 100 g (RYB.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)
PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE.)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE.)
Kolejnia	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU 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 Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Ryzowa (l) 400 ml (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Ryzowa (l) 400 ml (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - ryżowa (l) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g 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.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Salata zielona 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 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 z/c 250 ml
PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)
Wartość energetyczna: 2653,35 kcal; Białko ogółem: 109,22 g; Tłuszcz: 90,64 g; Kw. tł. nasy.: 40,33 g; Węglowodany ogółem: 363,31 g; W tym cukry: 90,14 g; Błonnik pok.: 29,46 g; Sol: 6,24 g;	Wartość energetyczna: 2439,14 kcal; Białko ogółem: 106,85 g; Tłuszcz: 79,96 g; Kw. tł. nasy.: 39,42 g; Węglowodany ogółem: 333,48 g; W tym cukry: 77,33 g; Błonnik pok.: 23,18 g; Sol: 6,20 g;	Wartość energetyczna: 2417,44 kcal; Białko ogółem: 108,73 g; Tłuszcz: 75,65 g; Kw. tł. nasy.: 36,58 g; Węglowodany ogółem: 337,18 g; W tym cukry: 78,76 g; Błonnik pok.: 24,34 g; Sol: 8,33 g;	Wartość energetyczna: 2576,38 kcal; Białko ogółem: 110,16 g; Tłuszcz: 75,25 g; Kw. tł. nasy.: 36,18 g; Węglowodany ogółem: 377,39 g; W tym cukry: 82,36 g; Błonnik pok.: 25,28 g; Sol: 8,23 g;	Wartość energetyczna: 2602,65 kcal; Białko ogółem: 131,00 g; Tłuszcz: 124,44 g; Kw. tł. nasy.: 32,73 g; Węglowodany ogółem: 249,78 g; W tym cukry: 108,95 g; Błonnik pok.: 23,58 g; Sol: 5,19 g;	Wartość energetyczna: 2328,20 kcal; Białko ogółem: 112,26 g; Tłuszcz: 89,86 g; Kw. tł. nasy.: 47,15 g; Węglowodany ogółem: 284,03 g; W tym cukry: 65,53 g; Błonnik pok.: 30,89 g; Sol: 6,88 g;	Wartość energetyczna: 2353,60 kcal; Białko ogółem: 115,86 g; Tłuszcz: 76,37 g; Kw. tł. nasy.: 37,53 g; Węglowodany ogółem: 311,35 g; W tym cukry: 66,91 g; Błonnik pok.: 23,30 g; Sol: 9,20 g;	Wartość energetyczna: 2695,42 kcal; Białko ogółem: 96,67 g; Tłuszcz: 98,13 g; Kw. tł. nasy.: 42,17 g; Węglowodany ogółem: 368,44 g; W tym cukry: 93,86 g; Błonnik pok.: 29,13 g; Sol: 5,42 g;	Wartość energetyczna: 1993,18 kcal; Białko ogółem: 71,40 g; Tłuszcz: 73,90 g; Kw. tł. nasy.: 32,20 g; Węglowodany ogółem: 265,08 g; W tym cukry: 50,68 g; Błonnik pok.: 14,98 g; Sol: 2,41 g;	Wartość energetyczna: 2434,82 kcal; Białko ogółem: 105,15 g; Tłuszcz: 79,14 g; Kw. tł. nasy.: 38,07 g; Węglowodany ogółem: 336,38 g; W tym cukry: 78,23 g; Błonnik pok.: 23,96 g; Sol: 7,15 g;	Wartość energetyczna: 2790,06 kcal; Białko ogółem: 134,50 g; Tłuszcz: 102,09 g; Kw. tł. nasy.: 51,37 g; Węglowodany ogółem: 346,37 g; W tym cukry: 78,43 g; Błonnik pok.: 26,39 g; Sol: 9,69 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADKOWA

	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/P4 Płynna wzmocniona/Łatwostrawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Vegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
2024-06-01 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Parówki drobiowo-więprz (homogenizowane, wędz.parz w osłonce niejadalnej) 140 g (GLU PSZ) Musztarda 20 g (GOR.) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonek kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonek kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok jabłkowy 100% 0,2l 1 szt	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonek kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok jabłkowy 100% 0,2l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonek kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonek kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Tofu 50 g (SOJ.) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonek kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wleprzowych (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Sok jabłkowy 100% 0,2l 1 szt	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wleprzowych (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		PN					Kefir 2% 200g 1 szt (MLE)					Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200g (GLU PSZ, JAJ.) Zrazik wołowy mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Zrazik wołowy mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200g (GLU JECZ.) Zrazik wołowy mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - selerowa z ziemniakami () RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200g (GLU PSZ, JAJ.) Zrazik wołowy mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200g (GLU PSZ, JAJ.) Zrazik wołowy mielony 100 g (GLU PSZ, SEL.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kaszotto jęczmiennie z warzywami i soczewicą vegetariańskie () 350 g (SEL, GLU PSZ, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Gulasz wołowy (bez glutenu) 200 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Zrazik wołowy mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
		PD					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 80 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Gryskowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (SEL.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Gryskowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (SEL.)	Płynna odżywcza - gryskowa () 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) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) 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 Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (SEL.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 80 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszemno-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 Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (SEL.)	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 Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (SEL.)	
		PN		Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać:</u> MLE.)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE)	Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać:</u> MLE.)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE)
		Wartość energetyczna: 2868,75 kcal; Białko ogółem: 114,00 g; Tłuszcz: 101,34 g; Kw. tł. nasy.: 42,35 g; Węglowodany ogółem: 389,29 g; W tym cukry: 80,71 g; Błonnik pok.: 35,46 g; Sól: 10,47 g;	Wartość energetyczna: 2507,63 kcal; Białko ogółem: 95,67 g; Tłuszcz: 79,44 g; Kw. tł. nasy.: 35,17 g; Węglowodany ogółem: 365,14 g; W tym cukry: 83,46 g; Błonnik pok.: 31,63 g; Sól: 8,15 g;	Wartość energetyczna: 2586,22 kcal; Białko ogółem: 94,83 g; Tłuszcz: 80,68 g; Kw. tł. nasy.: 35,22 g; Węglowodany ogółem: 382,53 g; W tym cukry: 100,33 g; Błonnik pok.: 30,85 g; Sól: 8,23 g;	Wartość energetyczna: 2616,06 kcal; Białko ogółem: 101,84 g; Tłuszcz: 69,12 g; Kw. tł. nasy.: 33,78 g; Węglowodany ogółem: 410,07 g; W tym cukry: 109,23 g; Błonnik pok.: 32,00 g; Sól: 7,98 g;	Wartość energetyczna: 2497,92 kcal; Białko ogółem: 122,44 g; Tłuszcz: 116,28 g; Kw. tł. nasy.: 27,80 g; Węglowodany ogółem: 249,98 g; W tym cukry: 110,62 g; Błonnik pok.: 24,12 g; Sól: 4,31 g;	Wartość energetyczna: 2378,69 kcal; Białko ogółem: 109,07 g; Tłuszcz: 78,52 g; Kw. tł. nasy.: 36,30 g; Węglowodany ogółem: 410,07 g; W tym cukry: 61,17 g; Błonnik pok.: 37,41 g; Sól: 9,71 g;	Wartość energetyczna: 2483,70 kcal; Białko ogółem: 98,38 g; Tłuszcz: 80,71 g; Kw. tł. nasy.: 36,55 g; Węglowodany ogółem: 374,40 g; W tym cukry: 69,37 g; Błonnik pok.: 34,83 g; Sól: 9,55 g;	Wartość energetyczna: 2527,66 kcal; Białko ogółem: 85,86 g; Tłuszcz: 83,13 g; Kw. tł. nasy.: 33,09 g; Węglowodany ogółem: 299,45 g; W tym cukry: 84,63 g; Błonnik pok.: 37,92 g; Sól: 4,50 g;	Wartość energetyczna: 2637,74 kcal; Białko ogółem: 103,50 g; Tłuszcz: 79,87 g; Kw. tł. nasy.: 36,00 g; Węglowodany ogółem: 388,17 g; W tym cukry: 106,44 g; Błonnik pok.: 31,47 g; Sól: 6,86 g;	Wartość energetyczna: 2807,21 kcal; Białko ogółem: 114,39 g; Tłuszcz: 83,41 g; Kw. tł. nasy.: 39,04 g; Węglowodany ogółem: 414,16 g; W tym cukry: 98,23 g; Błonnik pok.: 39,25 g; Sól: 8,38 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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/P4 Płynna wzmocniona/Łatwostrawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Chleb Graham 70 g (GLU PSZ, PSZ.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Salami kiełbasa wiewprzowo-wolowa drobno rozdrobniona surowo wędzona,dojrzewająca, wędzona. 50 g (SOJ, SEL, GOR.) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekciem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa wiewprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekciem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Salata zielona 20 g	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa wiewprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekciem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW, OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa wiewprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekciem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU OW, OW.) Kawa zbożowa z mlekciem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa wiewprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekciem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa wiewprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekciem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 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) Szynka sołtysa wiewprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa wiewprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekciem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekciem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g
Tłuszcz							Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml				Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlety sojowe 100 g (SOJ, SEL.) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD							Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)				Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)
Kolejacja	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z twarogu i słończnika z natką pietruszki 100 g (MLE) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (MLE) Salata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z twarogu i słończnika z natką pietruszki 100 g (MLE) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	
PN	Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE.) Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszaný 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszaný 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	
	Wartość energetyczna: 2381.45 kcal; Białko ogółem: 106.99 g; Tłuszcz: 93.87 g; Kw. tł. nasy.: 42.07 g; Węglowodany ogółem: 287.43 g; W tym cukry: 65.97 g; Błonnik pok.: 25.69 g; Sól: 7.45 g;	Wartość energetyczna: 2148.81 kcal; Białko ogółem: 106.62 g; Tłuszcz: 75.55 g; Kw. tł. nasy.: 36.70 g; Węglowodany ogółem: 270.64 g; W tym cukry: 55.41 g; Błonnik pok.: 21.62 g; Sól: 6.69 g;	Wartość energetyczna: 2036.68 kcal; Białko ogółem: 85.90 g; Tłuszcz: 58.69 g; Kw. tł. nasy.: 31.96 g; Węglowodany ogółem: 301.66 g; W tym cukry: 59.91 g; Błonnik pok.: 27.04 g; Sól: 7.39 g;	Wartość energetyczna: 2484.77 kcal; Białko ogółem: 113.84 g; Tłuszcz: 70.02 g; Kw. tł. nasy.: 36.91 g; Węglowodany ogółem: 362.55 g; W tym cukry: 80.58 g; Błonnik pok.: 30.93 g; Sól: 7.54 g;	Wartość energetyczna: 2553.15 kcal; Białko ogółem: 126.73 g; Tłuszcz: 120.08 g; Kw. tł. nasy.: 28.52 g; Węglowodany ogółem: 250.12 g; W tym cukry: 109.32 g; Błonnik pok.: 22.44 g; Sól: 4.16 g;	Wartość energetyczna: 2326.55 kcal; Białko ogółem: 120.38 g; Tłuszcz: 82.76 g; Kw. tł. nasy.: 39.81 g; Węglowodany ogółem: 288.05 g; W tym cukry: 65.24 g; Błonnik pok.: 30.66 g; Sól: 7.51 g;	Wartość energetyczna: 2224.15 kcal; Białko ogółem: 94.04 g; Tłuszcz: 62.07 g; Kw. tł. nasy.: 34.82 g; Węglowodany ogółem: 333.51 g; W tym cukry: 65.05 g; Błonnik pok.: 29.45 g; Sól: 8.94 g;	Wartość energetyczna: 2140.48 kcal; Białko ogółem: 88.59 g; Tłuszcz: 70.80 g; Kw. tł. nasy.: 39.24 g; Węglowodany ogółem: 293.50 g; W tym cukry: 65.60 g; Błonnik pok.: 30.15 g; Sól: 6.52 g;	Wartość energetyczna: 1994.77 kcal; Białko ogółem: 85.11 g; Tłuszcz: 76.34 g; Kw. tł. nasy.: 33.63 g; Węglowodany ogółem: 244.95 g; W tym cukry: 46.75 g; Błonnik pok.: 16.16 g; Sól: 3.59 g;	Wartość energetyczna: 2238.22 kcal; Białko ogółem: 95.52 g; Tłuszcz: 84.52 g; Kw. tł. nasy.: 42.62 g; Węglowodany ogółem: 282.57 g; W tym cukry: 52.30 g; Błonnik pok.: 23.24 g; Sól: 8.46 g;	Wartość energetyczna: 2460.19 kcal; Białko ogółem: 112.37 g; Tłuszcz: 90.15 g; Kw. tł. nasy.: 43.69 g; Węglowodany ogółem: 309.61 g; W tym cukry: 51.14 g; Błonnik pok.: 25.66 g; Sól: 9.81 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Latwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Latwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Latwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.latwo przys.wegl/Latwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb Graham 70 g (GLU PSZ), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Ogórek świeży 80 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Salata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Salata zielona 20 g, Pomidor 80 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, 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), Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odtżywcza - 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), Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Ogórek świeży 80 g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Salata zielona 20 g	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Salata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g, Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Salata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Sok marchwiowy 200 ml
Tł.SN	Kisiel o smaku malinowym b/c 200 ml										Kisiel o smaku malinowym b/c 200 ml
Obiad	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ryż na sypko (brązowy) 200 g, Mus z jabłek () z/c 80 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek () z/c 80 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Płynna odtżywcza - barszcz czerwony z ziemniakami () 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), Ryż na sypko (brązowy) 200 g, Mus z jabłek () b/c 80 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek () z/c 80 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek () z/c 80 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek () z/c 80 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek () z/c 80 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek () z/c 80 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek () z/c 80 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD	Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE)										Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE)
Kolacja	Chleb mieszaný 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), Pomidor 90 g, Rukola 10 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszaný 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. naturalny 100 g (MLE), Salata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszaný 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. naturalny 100 g (MLE), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Serek homo. naturalny 100 g (MLE), Jarzynowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odtżywcza - 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), Ser żółty 50 g (MLE), Pomidor 90 g, Rukola 10 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszaný 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 z/c 250 ml, Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszaný 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), Rukola 10 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, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Salata zielona 20 g	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Ser żółty 50 g (MLE), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszaný 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, Sok pomidorowy 200 ml
PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g, Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g), 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT), Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszaný 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g), 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT), Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g, Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Wafle ryżowe 20 g, Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g, Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszaný 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g), 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT), Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	
	Wartość energetyczna: 2432,25 kcal; Białko ogółem: 86,88 g; Tłuszcz: 81,29 g; Kw. tł. nasy.: 47,07 g; Węglowodany ogółem: 346,96 g; W tym cukry: 69,86 g; Błonnik pok.: 26,26 g; Sól: 7,19 g;	Wartość energetyczna: 2303,58 kcal; Białko ogółem: 84,63 g; Tłuszcz: 67,35 g; Kw. tł. nasy.: 36,85 g; Węglowodany ogółem: 347,87 g; W tym cukry: 70,06 g; Błonnik pok.: 19,59 g; Sól: 6,12 g;	Wartość energetyczna: 2347,87 kcal; Białko ogółem: 85,22 g; Tłuszcz: 67,29 g; Kw. tł. nasy.: 36,83 g; Węglowodany ogółem: 356,93 g; W tym cukry: 79,55 g; Błonnik pok.: 20,62 g; Sól: 7,29 g;	Wartość energetyczna: 2393,01 kcal; Białko ogółem: 90,73 g; Tłuszcz: 66,89 g; Kw. tł. nasy.: 36,39 g; Węglowodany ogółem: 365,21 g; W tym cukry: 83,82 g; Błonnik pok.: 21,84 g; Sól: 6,12 g;	Wartość energetyczna: 2571,78 kcal; Białko ogółem: 131,17 g; Tłuszcz: 123,23 g; Kw. tł. nasy.: 32,27 g; Węglowodany ogółem: 244,35 g; W tym cukry: 110,22 g; Błonnik pok.: 21,98 g; Sól: 4,46 g;	Wartość energetyczna: 2112,11 kcal; Białko ogółem: 83,46 g; Tłuszcz: 79,00 g; Kw. tł. nasy.: 46,41 g; Węglowodany ogółem: 279,08 g; W tym cukry: 41,65 g; Błonnik pok.: 31,06 g; Sól: 7,27 g;	Wartość energetyczna: 2124,47 kcal; Białko ogółem: 78,84 g; Tłuszcz: 64,79 g; Kw. tł. nasy.: 36,24 g; Węglowodany ogółem: 314,40 g; W tym cukry: 50,86 g; Błonnik pok.: 22,24 g; Sól: 8,34 g;	Wartość energetyczna: 2416,49 kcal; Białko ogółem: 80,50 g; Tłuszcz: 83,22 g; Kw. tł. nasy.: 47,87 g; Węglowodany ogółem: 345,35 g; W tym cukry: 68,75 g; Błonnik pok.: 18,88 g; Sól: 6,07 g;	Wartość energetyczna: 1878,13 kcal; Białko ogółem: 51,54 g; Tłuszcz: 62,24 g; Kw. tł. nasy.: 29,93 g; Węglowodany ogółem: 281,66 g; W tym cukry: 45,12 g; Błonnik pok.: 14,06 g; Sól: 2,77 g;	Wartość energetyczna: 2490,26 kcal; Białko ogółem: 81,53 g; Tłuszcz: 78,16 g; Kw. tł. nasy.: 45,95 g; Węglowodany ogółem: 373,79 g; W tym cukry: 78,80 g; Błonnik pok.: 22,58 g; Sól: 8,17 g;	Wartość energetyczna: 2488,00 kcal; Białko ogółem: 88,13 g; Tłuszcz: 82,48 g; Kw. tł. nasy.: 49,36 g; Węglowodany ogółem: 358,30 g; W tym cukry: 62,97 g; Błonnik pok.: 24,97 g; Sól: 9,56 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Latwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Latwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Latwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 z ogr.latwo przys.węgl/Latwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</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>) Piersz delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Rzodkiew biała 80 g Salata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Piersz delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>) Piersz delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok pomidorowy 200 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>) Piersz delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (<u>MLE, GLU, JECZ.</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>) Piersz delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Rzodkiew biała 80 g Salata lodowa 20 g	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>) Piersz delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Rzodkiew biała 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>) Salata lodowa 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Tofu 50 g (<u>SOJ.</u>) Rzodkiew biała 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>) Salata lodowa 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Piersz delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Piersz delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Piersz delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/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>)	
Obiad	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos pietruszkowy () 100 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos pietruszkowy () 100 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony (zmielony) 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos pietruszkowy () 100 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z zacierką () RYD 700 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos pietruszkowy () 100 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kotlety z buraka i kaszy jęczmiennej 300 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, GLU, JECZ.</u>) Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony (bez glutenu) 100 g Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (<u>MLE</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos pietruszkowy () 100 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			
PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml										Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	
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>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 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 naturalny Bieluch 100 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Serek naturalny Bieluch 100 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Serek naturalny Bieluch 100 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</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>) 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 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 z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g		
PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (<u>GLU, PSZ, MLE, GLU, ŻYT.</u>) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (<u>GLU, PSZ, MLE, GLU, ŻYT.</u>) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2398.73 kcal; Białko ogółem: 105.27 g; Tłuszcz: 83.55 g; Kw. tł. nasy.: 34.61 g; Węglowodany ogółem: 319.62 g; W tym cukry: 61.07 g; Błonnik pok.: 30.64 g; Sól: 7.05 g;	Wartość energetyczna: 2242.51 kcal; Białko ogółem: 100.59 g; Tłuszcz: 67.68 g; Kw. tł. nasy.: 33.51 g; Węglowodany ogółem: 320.92 g; W tym cukry: 65.78 g; Błonnik pok.: 30.77 g; Sól: 7.45 g;	Wartość energetyczna: 2431.89 kcal; Białko ogółem: 107.09 g; Tłuszcz: 76.13 g; Kw. tł. nasy.: 37.56 g; Węglowodany ogółem: 343.59 g; W tym cukry: 80.09 g; Błonnik pok.: 33.09 g; Sól: 8.20 g;	Wartość energetyczna: 2563.24 kcal; Białko ogółem: 112.97 g; Tłuszcz: 75.76 g; Kw. tł. nasy.: 37.13 g; Węglowodany ogółem: 372.31 g; W tym cukry: 83.68 g; Błonnik pok.: 33.87 g; Sól: 9.92 g;	Wartość energetyczna: 2513.58 kcal; Białko ogółem: 127.28 g; Tłuszcz: 118.07 g; Kw. tł. nasy.: 28.33 g; Węglowodany ogółem: 245.15 g; W tym cukry: 96.00 g; Błonnik pok.: 25.75 g; Sól: 4.97 g;	Wartość energetyczna: 2159.43 kcal; Białko ogółem: 103.74 g; Tłuszcz: 71.71 g; Kw. tł. nasy.: 32.68 g; Węglowodany ogółem: 290.56 g; W tym cukry: 52.44 g; Błonnik pok.: 36.87 g; Sól: 6.98 g;	Wartość energetyczna: 2348.37 kcal; Białko ogółem: 103.14 g; Tłuszcz: 71.73 g; Kw. tł. nasy.: 36.21 g; Węglowodany ogółem: 335.65 g; W tym cukry: 68.59 g; Błonnik pok.: 33.83 g; Sól: 8.88 g;	Wartość energetyczna: 2532.75 kcal; Białko ogółem: 78.77 g; Tłuszcz: 110.51 g; Kw. tł. nasy.: 37.91 g; Węglowodany ogółem: 317.63 g; W tym cukry: 78.45 g; Błonnik pok.: 31.12 g; Sól: 5.92 g;	Wartość energetyczna: 1786.15 kcal; Białko ogółem: 64.52 g; Tłuszcz: 61.15 g; Kw. tł. nasy.: 26.23 g; Węglowodany ogółem: 251.54 g; W tym cukry: 40.44 g; Błonnik pok.: 22.42 g; Sól: 3.64 g;	Wartość energetyczna: 2311.39 kcal; Białko ogółem: 100.44 g; Tłuszcz: 68.23 g; Kw. tł. nasy.: 33.56 g; Węglowodany ogółem: 337.89 g; W tym cukry: 80.09 g; Błonnik pok.: 33.09 g; Sól: 8.38 g;	Wartość energetyczna: 2546.76 kcal; Białko ogółem: 119.42 g; Tłuszcz: 73.86 g; Kw. tł. nasy.: 34.63 g; Węglowodany ogółem: 365.83 g; W tym cukry: 78.93 g; Błonnik pok.: 36.78 g; Sól: 9.73 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	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 (<u>MLE, GLU OW, PSZ</u>) Chleb Graham 70 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>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW, PSZ, GLU ŻYT.</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>) Ser topiony 50 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW, PSZ, GLU ŻYT.</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 homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW, PSZ</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - Śniadanie RYD 700 g (<u>MLE, GLU OW, PSZ</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>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g 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>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW, PSZ, GLU ŻYT.</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 homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g 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>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW, PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Ser topiony 50 g (<u>MLE</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW, PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Ser topiony 50 g (<u>MLE</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	
Tł.SN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml										Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	
Obiad	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pieczeń rzymska wiewprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pieczeń rzymska wiewprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (<u>JAJ, SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pieczeń rzymska wiewprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pieczeń rzymska wiewprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryz z sypko 200 g Curry warzywne z ciecierzycą () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryz na sypko 200 g Pulpet wiewprzowy (bez glutenu) 100 g (<u>JAJ.</u>) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 100 ml (<u>SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pieczeń rzymska wiewprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (<u>MLE</u>)	Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (<u>MLE</u>)
PN	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>) Paprykarz szczeciński 100 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 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>) Polegawka premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 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>) Polegawka premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (<u>SEL.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Polegawka premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (<u>SOJ.</u>) Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (<u>SEL.</u>)	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () 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>) Paprykarz szczeciński 100 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Polegawka premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (<u>SOJ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (<u>SEL.</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>) Ser topiony 50 g (<u>MLE</u>) Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Polegawka premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Polegawka premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (<u>SEL.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Polegawka premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (<u>SEL.</u>)	
	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (<u>MLE</u>)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 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>)		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: 2813.90 kcal; Białko ogółem: 105.79 g; Tłuszcz: 112.54 g; Kw. tł. nasy.: 50.30 g; Węglowodany ogółem: 361.33 g; W tym cukry: 77.58 g; Błonnik pok.: 35.03 g; Sól: 10.33 g;	Wartość energetyczna: 2547.81 kcal; Białko ogółem: 105.98 g; Tłuszcz: 86.13 g; Kw. tł. nasy.: 40.09 g; Węglowodany ogółem: 345.47 g; W tym cukry: 68.02 g; Błonnik pok.: 24.46 g; Sól: 6.98 g;	Wartość energetyczna: 2636.79 kcal; Białko ogółem: 107.28 g; Tłuszcz: 91.48 g; Kw. tł. nasy.: 40.46 g; Węglowodany ogółem: 356.69 g; W tym cukry: 74.23 g; Błonnik pok.: 29.38 g; Sól: 8.43 g;	Wartość energetyczna: 2746.19 kcal; Białko ogółem: 114.22 g; Tłuszcz: 91.31 g; Kw. tł. nasy.: 40.05 g; Węglowodany ogółem: 378.63 g; W tym cukry: 78.50 g; Błonnik pok.: 30.60 g; Sól: 8.16 g;	Wartość energetyczna: 2581.86 kcal; Białko ogółem: 132.29 g; Tłuszcz: 126.66 g; Kw. tł. nasy.: 32.86 g; Węglowodany ogółem: 239.69 g; W tym cukry: 105.92 g; Błonnik pok.: 23.35 g; Sól: 4.37 g;	Wartość energetyczna: 2592.70 kcal; Białko ogółem: 108.58 g; Tłuszcz: 90.93 g; Kw. tł. nasy.: 39.45 g; Węglowodany ogółem: 351.29 g; W tym cukry: 70.80 g; Błonnik pok.: 33.94 g; Sól: 9.03 g;	Wartość energetyczna: 2622.83 kcal; Białko ogółem: 100.87 g; Tłuszcz: 87.00 g; Kw. tł. nasy.: 39.56 g; Węglowodany ogółem: 369.55 g; W tym cukry: 74.81 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 9.59 g;	Wartość energetyczna: 2537.19 kcal; Białko ogółem: 85.08 g; Tłuszcz: 91.18 g; Kw. tł. nasy.: 44.12 g; Węglowodany ogółem: 358.58 g; W tym cukry: 77.80 g; Błonnik pok.: 31.23 g; Sól: 8.09 g;	Wartość energetyczna: 2126.86 kcal; Białko ogółem: 75.37 g; Tłuszcz: 86.08 g; Kw. tł. nasy.: 34.06 g; Węglowodany ogółem: 263.80 g; W tym cukry: 42.44 g; Błonnik pok.: 13.33 g; Sól: 3.17 g;	Wartość energetyczna: 2742.84 kcal; Białko ogółem: 101.24 g; Tłuszcz: 110.68 g; Kw. tł. nasy.: 50.42 g; Węglowodany ogółem: 346.66 g; W tym cukry: 78.30 g; Błonnik pok.: 30.43 g; Sól: 9.81 g;	Wartość energetyczna: 3015.11 kcal; Białko ogółem: 109.75 g; Tłuszcz: 115.08 g; Kw. tł. nasy.: 53.88 g; Węglowodany ogółem: 397.11 g; W tym cukry: 95.49 g; Błonnik pok.: 32.89 g; Sól: 11.34 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Latwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Latwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Latwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 z ogr.latwo przys.wegl/Latwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb Graham 70 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 szczypiorkiem 80g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Kasza manna 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>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE</u>) Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Kasza manna 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>) Twarożek 100 g (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza manna 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>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE</u>) Sok pomidorowy 200 ml	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>) Twarożek 100 g (<u>MLE</u>) Pomidor 90 g Roszponka 10 g	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>) Twarożek 100 g (<u>MLE</u>) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza manna 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>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE</u>) Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Roszponka 10 g	Kasza manna 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>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza manna 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>) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 1 szt (<u>MLE</u>) Sok pomidorowy 200 ml
Tłuszcz	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml										
Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Pieczeń wołowa 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	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Pieczeń wołowa 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	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Pieczeń wołowa (zmielona) 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Pieczeń wołowa (zmielona) 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - szpinakowa z ziemniakami () RYD 700 g (<u>JAJ, SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem() 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Frittata z jajkiem 350 g (<u>JAJ, MLE, SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Makaron bezglutenowy 200 g Pieczeń wołowa 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Pieczeń wołowa 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Pieczeń wołowa 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (<u>MLE</u>)										
Kolejnia	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>) Paszlet z fasoli () 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Pomidor 80 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>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 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>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	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>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Ziemniaczana 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 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>) Tofu 50 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 20 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>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml 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>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
PN	Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u> .)										
						Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</u>) Pieczywo chrupkie Fit Rolls grynczany z solą morską 60 g 1 szt (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ.</u>)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</u>) Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u> .)	Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: 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>) Pieczywo chrupkie Fit Rolls grynczany z solą morską 60 g 1 szt (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ.</u>)
	Wartość energetyczna: 2657,93 kcal; Białko ogółem: 107,68 g; Tłuszcz: 94,48 g; Kw. tł. nasy.: 46,26 g; Węglowodany ogółem: 346,35 g; W tym cukry: 68,25 g; Błonnik pok.: 27,95 g; Sól: 5,03 g;	Wartość energetyczna: 2419,51 kcal; Białko ogółem: 111,81 g; Tłuszcz: 75,05 g; Kw. tł. nasy.: 36,32 g; Węglowodany ogółem: 325,75 g; W tym cukry: 68,13 g; Błonnik pok.: 16,30 g; Sól: 6,08 g;	Wartość energetyczna: 2463,13 kcal; Białko ogółem: 111,58 g; Tłuszcz: 74,72 g; Kw. tł. nasy.: 36,56 g; Węglowodany ogółem: 344,79 g; W tym cukry: 72,29 g; Błonnik pok.: 23,49 g; Sól: 7,39 g;	Wartość energetyczna: 2691,91 kcal; Białko ogółem: 119,89 g; Tłuszcz: 74,41 g; Kw. tł. nasy.: 36,11 g; Węglowodany ogółem: 396,88 g; W tym cukry: 76,48 g; Błonnik pok.: 27,08 g; Sól: 7,15 g;	Wartość energetyczna: 2414,62 kcal; Białko ogółem: 120,99 g; Tłuszcz: 115,98 g; Kw. tł. nasy.: 27,72 g; Węglowodany ogółem: 230,60 g; W tym cukry: 109,64 g; Błonnik pok.: 22,61 g; Sól: 4,20 g;	Wartość energetyczna: 2596,77 kcal; Białko ogółem: 118,18 g; Tłuszcz: 87,29 g; Kw. tł. nasy.: 36,62 g; Węglowodany ogółem: 344,37 g; W tym cukry: 63,98 g; Błonnik pok.: 32,60 g; Sól: 6,60 g;	Wartość energetyczna: 2457,45 kcal; Białko ogółem: 106,17 g; Tłuszcz: 72,06 g; Kw. tł. nasy.: 35,99 g; Węglowodany ogółem: 298,37 g; W tym cukry: 73,11 g; Błonnik pok.: 25,18 g; Sól: 8,55 g;	Wartość energetyczna: 2271,41 kcal; Białko ogółem: 76,29 g; Tłuszcz: 87,49 g; Kw. tł. nasy.: 46,63 g; Węglowodany ogółem: 298,37 g; W tym cukry: 68,82 g; Błonnik pok.: 20,23 g; Sól: 4,75 g;	Wartość energetyczna: 1956,33 kcal; Białko ogółem: 73,78 g; Tłuszcz: 69,41 g; Kw. tł. nasy.: 29,30 g; Węglowodany ogółem: 257,05 g; W tym cukry: 42,72 g; Błonnik pok.: 10,69 g; Sól: 2,78 g;	Wartość energetyczna: 2707,40 kcal; Białko ogółem: 107,37 g; Tłuszcz: 102,39 g; Kw. tł. nasy.: 43,29 g; Węglowodany ogółem: 342,80 g; W tym cukry: 64,37 g; Błonnik pok.: 18,57 g; Sól: 8,31 g;	Wartość energetyczna: 3115,87 kcal; Białko ogółem: 123,08 g; Tłuszcz: 106,56 g; Kw. tł. nasy.: 46,75 g; Węglowodany ogółem: 421,45 g; W tym cukry: 68,36 g; Błonnik pok.: 20,43 g; Sól: 9,84 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	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	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Chleb Graham 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Powidła śliwkowe 60 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Marmolada wieloowcowa 60 g (<u>S02</u>) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jabłko 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Marmolada wieloowcowa 60 g (<u>S02</u>) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Marmolada wieloowcowa 60 g (<u>S02</u>) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jabłko pieczone 150 g Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Kawa zbożowa z makiem 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>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Salata 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. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Powidła śliwkowe 60 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jabłko 150 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Marmolada wieloowcowa 60 g (<u>S02</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Marmolada wieloowcowa 60 g (<u>S02</u>) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) 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>) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jabłko pieczone 150 g
Tłuszcz	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml										Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
Obiad	Krupnik jęczmienny () 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Surówka z kapusty młodej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - krupnik () RYD 700 g (<u>JAJ, SEL, GLU JECZ</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB</u>) Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet jagnięcy z serem top i pietruszka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Surówka z kapusty młodej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB</u>) Warzywa po grecku (bez glutenu) () 200 g (<u>SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB</u>) Warzywa po grecku (bez glutenu) () 200 g (<u>SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)										Mleko UHT 200ml, 3,5%tł 1 Por (<u>MLE</u>)
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna-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>) Papryka świeża 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 pszenna-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>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonej kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonej kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonej kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna-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>) Papryka świeża 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Salata zielona 20 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 pszenna-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 z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	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 marchwiowy 200 ml
PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT</u>) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2648.40 kcal; Białko ogółem: 95.34 g; Tłuszcz: 89.08 g; Kw. tł. nasy.: 34.49 g; Węglowodany ogółem: 377.70 g; W tym cukry: 96.95 g; Błonnik pok.: 32.42 g; Sól: 5.25 g;	Wartość energetyczna: 2446.02 kcal; Białko ogółem: 92.63 g; Tłuszcz: 72.75 g; Kw. tł. nasy.: 33.87 g; Węglowodany ogółem: 363.86 g; W tym cukry: 76.02 g; Błonnik pok.: 29.35 g; Sól: 5.42 g;	Wartość energetyczna: 2457.57 kcal; Białko ogółem: 96.92 g; Tłuszcz: 68.44 g; Kw. tł. nasy.: 32.92 g; Węglowodany ogółem: 370.41 g; W tym cukry: 83.32 g; Błonnik pok.: 29.73 g; Sól: 6.60 g;	Wartość energetyczna: 2641.43 kcal; Białko ogółem: 101.05 g; Tłuszcz: 69.14 g; Kw. tł. nasy.: 32.94 g; Węglowodany ogółem: 412.19 g; W tym cukry: 88.18 g; Błonnik pok.: 31.72 g; Sól: 6.75 g;	Wartość energetyczna: 2533.67 kcal; Białko ogółem: 129.19 g; Tłuszcz: 118.00 g; Kw. tł. nasy.: 28.24 g; Węglowodany ogółem: 247.69 g; W tym cukry: 95.93 g; Błonnik pok.: 24.26 g; Sól: 4.16 g;	Wartość energetyczna: 2166.51 kcal; Białko ogółem: 106.43 g; Tłuszcz: 72.13 g; Kw. tł. nasy.: 32.45 g; Węglowodany ogółem: 287.15 g; W tym cukry: 52.13 g; Błonnik pok.: 34.47 g; Sól: 5.92 g;	Wartość energetyczna: 2293.94 kcal; Białko ogółem: 104.38 g; Tłuszcz: 64.70 g; Kw. tł. nasy.: 31.35 g; Węglowodany ogółem: 333.50 g; W tym cukry: 72.61 g; Błonnik pok.: 32.05 g; Sól: 8.13 g;	Wartość energetyczna: 2605.11 kcal; Białko ogółem: 69.07 g; Tłuszcz: 90.47 g; Kw. tł. nasy.: 36.32 g; Węglowodany ogółem: 389.30 g; W tym cukry: 96.93 g; Błonnik pok.: 30.96 g; Sól: 5.13 g;	Wartość energetyczna: 1985.38 kcal; Białko ogółem: 58.54 g; Tłuszcz: 64.96 g; Kw. tł. nasy.: 27.07 g; Węglowodany ogółem: 295.60 g; W tym cukry: 51.53 g; Błonnik pok.: 22.77 g; Sól: 2.49 g;	Wartość energetyczna: 2477.19 kcal; Białko ogółem: 92.87 g; Tłuszcz: 72.53 g; Kw. tł. nasy.: 33.82 g; Węglowodany ogółem: 370.11 g; W tym cukry: 83.32 g; Błonnik pok.: 29.73 g; Sól: 5.64 g;	Wartość energetyczna: 2670.77 kcal; Białko ogółem: 116.72 g; Tłuszcz: 80.50 g; Kw. tł. nasy.: 39.06 g; Węglowodany ogółem: 380.36 g; W tym cukry: 92.16 g; Błonnik pok.: 33.09 g; Sól: 7.52 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	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 ZYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa wędzona, parzona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa wędzona, parzona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa wędzona, parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU OW,) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa wędzona, parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ) Sałata lodowa 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa wędzona, parzona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata lodowa 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ) Sok marchwiowy 200 ml
Tł.SN						Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko pieczone 150 g
Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sytko (brązowy) 200 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 350 g (SEL,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sytko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Buraczki podprawiane -drobno tarte() 200 g (GLU PSZ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sytko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 100 g (GLU PSZ,) Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (SEL,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - koperkowa z ziemniakami () RYD 700 g (JAJ, SEL,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sytko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (GLU PSZ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 350 g (GLU PSZ,) Surówka z selera i jabłka z olejem () 200 g (SEL,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sytko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g (GLU PSZ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL,) Ryż na sytko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (JAJ,) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (MLE) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sytko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (GLU PSZ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sytko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (GLU PSZ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE)
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wędzanych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,) 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 ZYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Poledwica premium- wędłina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ,) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Poledwica premium- wędłina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Poledwica premium- wędłina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ,) Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (JAJ, SEL,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Poledwica premium- wędłina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ,) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Poledwica premium- wędłina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Poledwica premium- wędłina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ,) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wędzanych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wędzanych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE) Wafle ryżowe 20 g		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT,) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE) Wafle ryżowe 20 g			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT,) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)
	Wartość energetyczna: 2672.73 kcal; Białko ogółem: 106.25 g; Tłuszcz: 97.80 g; Kw. tł. nasy.: 48.81 g; Węglowodany ogółem: 351.18 g; W tym cukry: 69.08 g; Błonnik pok.: 31.69 g; Sól: 7.65 g;	Wartość energetyczna: 2572.29 kcal; Białko ogółem: 100.60 g; Tłuszcz: 79.60 g; Kw. tł. nasy.: 38.87 g; Węglowodany ogółem: 371.47 g; W tym cukry: 79.10 g; Błonnik pok.: 23.54 g; Sól: 7.71 g;	Wartość energetyczna: 2618.17 kcal; Białko ogółem: 101.24 g; Tłuszcz: 79.55 g; Kw. tł. nasy.: 38.86 g; Węglowodany ogółem: 380.89 g; W tym cukry: 88.86 g; Błonnik pok.: 24.66 g; Sól: 8.88 g;	Wartość energetyczna: 2771.35 kcal; Białko ogółem: 107.91 g; Tłuszcz: 78.78 g; Kw. tł. nasy.: 38.31 g; Węglowodany ogółem: 417.08 g; W tym cukry: 92.77 g; Błonnik pok.: 27.59 g; Sól: 8.63 g;	Wartość energetyczna: 2475.68 kcal; Białko ogółem: 127.87 g; Tłuszcz: 125.53 g; Kw. tł. nasy.: 32.65 g; Węglowodany ogółem: 220.42 g; W tym cukry: 106.01 g; Błonnik pok.: 23.81 g; Sól: 4.39 g;	Wartość energetyczna: 2514.52 kcal; Białko ogółem: 101.69 g; Tłuszcz: 91.18 g; Kw. tł. nasy.: 47.07 g; Węglowodany ogółem: 337.99 g; W tym cukry: 71.23 g; Błonnik pok.: 35.36 g; Sól: 7.86 g;	Wartość energetyczna: 2496.70 kcal; Białko ogółem: 93.74 g; Tłuszcz: 75.22 g; Kw. tł. nasy.: 37.92 g; Węglowodany ogółem: 369.28 g; W tym cukry: 84.72 g; Błonnik pok.: 27.31 g; Sól: 9.99 g;	Wartość energetyczna: 2730.92 kcal; Białko ogółem: 96.80 g; Tłuszcz: 91.89 g; Kw. tł. nasy.: 46.60 g; Węglowodany ogółem: 395.99 g; W tym cukry: 75.01 g; Błonnik pok.: 41.12 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2195.05 kcal; Białko ogółem: 69.86 g; Tłuszcz: 84.45 g; Kw. tł. nasy.: 32.92 g; Węglowodany ogółem: 291.26 g; W tym cukry: 49.61 g; Błonnik pok.: 16.06 g; Sól: 4.28 g;	Wartość energetyczna: 2830.11 kcal; Białko ogółem: 109.37 g; Tłuszcz: 99.30 g; Kw. tł. nasy.: 50.06 g; Węglowodany ogółem: 384.32 g; W tym cukry: 88.83 g; Błonnik pok.: 24.94 g; Sól: 8.92 g;	Wartość energetyczna: 2994.87 kcal; Białko ogółem: 116.79 g; Tłuszcz: 103.85 g; Kw. tł. nasy.: 53.48 g; Węglowodany ogółem: 410.31 g; W tym cukry: 101.31 g; Błonnik pok.: 29.71 g; Sól: 10.41 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	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	Chleb Graham 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza jęczmienna na mleku 400 ml (MLE, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU JECZ.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Hummus 100 g (SEZ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml
Tł.SN							Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml				Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
Obiad	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Kolekt schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Mizéria 200 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany (zmielony) 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - pomidorowa z zacierką () RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Mizéria 100 g (MLE) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Zapiekanka z ziemniok i warzyw z jajkiem () 350 g (JAJ, MLE, SEL.) Mizéria 200 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Zapiekanka z ziemniok i warzyw z jajkiem () 350 g (JAJ, MLE, SEL.) Mizéria 200 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD							Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE)				Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (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) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE) Jabłko 150 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) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE) Jabłko pieczone 150 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) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE) Grycikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - grycikowa () 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) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 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) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	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	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) 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 Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE) Jabłko pieczone 150 g
PN	Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt						Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) 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) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2260.15 kcal; Białko ogółem: 86.17 g; Tłuszcz: 75.78 g; Kw. tł. nasy.: 35.52 g; Węglowodany ogółem: 318.26 g; W tym cukry: 69.20 g; Błonnik pok.: 27.55 g; Sól: 6.23 g;	Wartość energetyczna: 2195.31 kcal; Białko ogółem: 93.67 g; Tłuszcz: 69.10 g; Kw. tł. nasy.: 33.97 g; Węglowodany ogółem: 312.59 g; W tym cukry: 77.15 g; Błonnik pok.: 31.77 g; Sól: 6.89 g;	Wartość energetyczna: 2210.49 kcal; Białko ogółem: 94.11 g; Tłuszcz: 69.28 g; Kw. tł. nasy.: 34.02 g; Węglowodany ogółem: 315.84 g; W tym cukry: 79.65 g; Błonnik pok.: 32.55 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 2607.09 kcal; Białko ogółem: 113.81 g; Tłuszcz: 75.50 g; Kw. tł. nasy.: 37.71 g; Węglowodany ogółem: 382.98 g; W tym cukry: 99.87 g; Błonnik pok.: 35.27 g; Sól: 7.94 g;	Wartość energetyczna: 2512.95 kcal; Białko ogółem: 127.77 g; Tłuszcz: 117.88 g; Kw. tł. nasy.: 28.18 g; Węglowodany ogółem: 244.26 g; W tym cukry: 97.63 g; Błonnik pok.: 24.53 g; Sól: 4.17 g;	Wartość energetyczna: 2154.65 kcal; Białko ogółem: 114.55 g; Tłuszcz: 66.68 g; Kw. tł. nasy.: 34.04 g; Węglowodany ogółem: 288.52 g; W tym cukry: 54.92 g; Błonnik pok.: 35.34 g; Sól: 7.06 g;	Wartość energetyczna: 2340.96 kcal; Białko ogółem: 108.55 g; Tłuszcz: 70.16 g; Kw. tł. nasy.: 33.47 g; Węglowodany ogółem: 331.79 g; W tym cukry: 72.69 g; Błonnik pok.: 34.97 g; Sól: 9.28 g;	Wartość energetyczna: 2292.56 kcal; Białko ogółem: 66.18 g; Tłuszcz: 98.14 g; Kw. tł. nasy.: 42.28 g; Węglowodany ogółem: 292.56 g; W tym cukry: 74.63 g; Błonnik pok.: 25.22 g; Sól: 6.32 g;	Wartość energetyczna: 2031.45 kcal; Białko ogółem: 72.32 g; Tłuszcz: 70.38 g; Kw. tł. nasy.: 30.92 g; Węglowodany ogółem: 285.41 g; W tym cukry: 68.42 g; Błonnik pok.: 26.56 g; Sól: 3.95 g;	Wartość energetyczna: 2210.49 kcal; Białko ogółem: 94.11 g; Tłuszcz: 69.28 g; Kw. tł. nasy.: 34.02 g; Węglowodany ogółem: 315.84 g; W tym cukry: 79.65 g; Błonnik pok.: 32.55 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 2378.96 kcal; Białko ogółem: 108.35 g; Tłuszcz: 73.16 g; Kw. tł. nasy.: 35.49 g; Węglowodany ogółem: 335.79 g; W tym cukry: 73.89 g; Błonnik pok.: 34.97 g; Sól: 9.29 g;

Oznaczenia alergenów:

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

Oznaczenia wskaźników odż.:

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