

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 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	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) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	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) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	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) Szynkowa 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 marchwiowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE) 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 Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odtwycza - 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) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	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 Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	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) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb 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 Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	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) Szynkowa 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 marchwiowy 200 ml	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) Szynkowa 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 marchwiowy 200 ml
II SN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml										
Obiad	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Naleśniki z serem 350 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ) Makaron 200 g (GLU PSZ) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Mus z jabłek () b/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odtwycza - dyniowa z ziemniakami () RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Mus z jabłek () b/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Mus z jabłek () b/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL.) Makaron bezglutenowy 200 g (MLE) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ) Mus z jabłek () z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami (400 ml) (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ) Mus z jabłek () z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami (400 ml) (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ) Mus z jabłek () b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD	Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE)										
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU 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	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) 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) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płynna odtwycza - jarzynowa z ryżem () RYD 700g (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 b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml 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) 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 bezglutenowy 100 g 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 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 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) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: 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.) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)			
	Wartość energetyczna: 2835.31 kcal; Białko ogółem: 107.09 g; Tłuszcz: 86.13 g; Kw. tł. nasy.: 38.96 g; Węglowodany ogółem: 419.05 g; W tym cukry: 105.36 g; Błonnik pok.: 29.15 g; Sól: 6.51 g;	Wartość energetyczna: 2253.74 kcal; Białko ogółem: 85.56 g; Tłuszcz: 66.54 g; Kw. tł. nasy.: 35.99 g; Węglowodany ogółem: 334.98 g; W tym cukry: 73.56 g; Błonnik pok.: 20.70 g; Sól: 6.42 g;	Wartość energetyczna: 2344.49 kcal; Białko ogółem: 95.03 g; Tłuszcz: 63.74 g; Kw. tł. nasy.: 34.37 g; Węglowodany ogółem: 350.48 g; W tym cukry: 78.15 g; Błonnik pok.: 22.63 g; Sól: 6.47 g;	Wartość energetyczna: 2456.19 kcal; Białko ogółem: 101.09 g; Tłuszcz: 63.40 g; Kw. tł. nasy.: 33.93 g; Węglowodany ogółem: 374.28 g; W tym cukry: 82.36 g; Błonnik pok.: 23.90 g; Sól: 6.20 g;	Wartość energetyczna: 2430.74 kcal; Białko ogółem: 122.69 g; Tłuszcz: 121.52 g; Kw. tł. nasy.: 31.94 g; Węglowodany ogółem: 220.31 g; W tym cukry: 104.44 g; Błonnik pok.: 19.77 g; Sól: 4.86 g;	Wartość energetyczna: 2237.07 kcal; Białko ogółem: 94.61 g; Tłuszcz: 69.08 g; Kw. tł. nasy.: 35.56 g; Węglowodany ogółem: 317.83 g; W tym cukry: 62.27 g; Błonnik pok.: 34.51 g; Sól: 6.29 g;	Wartość energetyczna: 2262.64 kcal; Białko ogółem: 90.12 g; Tłuszcz: 60.86 g; Kw. tł. nasy.: 33.61 g; Węglowodany ogółem: 340.68 g; W tym cukry: 64.72 g; Błonnik pok.: 21.96 g; Sól: 7.14 g;	Wartość energetyczna: 2673.46 kcal; Białko ogółem: 93.65 g; Tłuszcz: 96.51 g; Kw. tł. nasy.: 38.33 g; Węglowodany ogółem: 363.82 g; W tym cukry: 73.33 g; Błonnik pok.: 25.98 g; Sól: 6.39 g;	Wartość energetyczna: 1797.00 kcal; Białko ogółem: 48.09 g; Tłuszcz: 60.44 g; Kw. tł. nasy.: 28.78 g; Węglowodany ogółem: 266.24 g; W tym cukry: 46.52 g; Błonnik pok.: 12.96 g; Sól: 2.63 g;	Wartość energetyczna: 2256.46 kcal; Białko ogółem: 69.38 g; Tłuszcz: 61.99 g; Kw. tł. nasy.: 33.48 g; Węglowodany ogółem: 387.32 g; W tym cukry: 78.45 g; Błonnik pok.: 24.59 g; Sól: 6.58 g;	Wartość energetyczna: 2443.80 kcal; Białko ogółem: 78.41 g; Tłuszcz: 66.69 g; Kw. tł. nasy.: 36.94 g; Węglowodany ogółem: 359.43 g; W tym cukry: 79.60 g; Błonnik pok.: 27.01 g; Sól: 8.12 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 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,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (MLE,) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Papryka świeża 80 g	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,) Pomidor 80 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,) Twarożek 100 g (MLE,) Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	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,) Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE,) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Twarożek 100 g (MLE,) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Mus z jabłek () b/c 100 g	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,) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (MLE,) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE,) Salata zielona 20 g Pomidor 80 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 pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (MLE,) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Mus z jabłek () b/c 100 g	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,) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (MLE,) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Mus z jabłek () b/c 100 g
Tł.SN							Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml				Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
Obiad	Szczawiowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (GLU PSZ,) Sos meksykański 100 g (GLU PSZ,) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (GLU PSZ,) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaki gotowane () 200 g Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL,) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (GLU PSZ,) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (GLU PSZ,) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - brokułowa z ziemniakami () RYD 700 g (JAJ, SEL,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szczawiowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (GLU PSZ,) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (GLU PSZ, SOJ,) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szczawiowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz sojowy z warzywami () 200 g (GLU PSZ, SOJ,) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (GLU PSZ,) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD							Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)				Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE,)
Kolejnia	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Poledwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 50 g (SOJ,) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Poledwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 50 g (SOJ,) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Poledwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 50 g (SOJ,) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Poledwica premium- wędlna 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,) Poledwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 50 g (SOJ,) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Poledwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 50 g (SOJ,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Tofu 50 g (SOJ,) 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,) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Poledwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 50 g (SOJ,) 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,) Poledwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 50 g (SOJ,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
PN		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 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,) 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,)	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: 2842.51 kcal; Białko ogółem: 115.26 g; Tłuszcz: 102.94 g; Kw. tł. nasy.: 51.04 g; Węglowodany ogółem: 371.84 g; W tym cukry: 78.30 g; Błonnik pok.: 26.34 g; Sól: 7.88 g;	Wartość energetyczna: 2797.36 kcal; Białko ogółem: 118.94 g; Tłuszcz: 93.95 g; Kw. tł. nasy.: 42.36 g; Węglowodany ogółem: 361.11 g; W tym cukry: 78.61 g; Błonnik pok.: 22.72 g; Sól: 7.07 g;	Wartość energetyczna: 2797.36 kcal; Białko ogółem: 118.13 g; Tłuszcz: 94.35 g; Kw. tł. nasy.: 42.85 g; Węglowodany ogółem: 376.94 g; W tym cukry: 78.46 g; Błonnik pok.: 24.85 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 3072.06 kcal; Białko ogółem: 129.06 g; Tłuszcz: 97.81 g; Kw. tł. nasy.: 44.62 g; Węglowodany ogółem: 429.37 g; W tym cukry: 82.92 g; Błonnik pok.: 28.46 g; Sól: 7.35 g;	Wartość energetyczna: 2385.55 kcal; Białko ogółem: 124.55 g; Tłuszcz: 121.40 g; Kw. tł. nasy.: 31.77 g; Węglowodany ogółem: 206.82 g; W tym cukry: 101.15 g; Błonnik pok.: 16.84 g; Sól: 4.11 g;	Wartość energetyczna: 2357.06 kcal; Białko ogółem: 112.56 g; Tłuszcz: 85.98 g; Kw. tł. nasy.: 40.82 g; Węglowodany ogółem: 294.83 g; W tym cukry: 67.64 g; Błonnik pok.: 30.18 g; Sól: 8.04 g;	Wartość energetyczna: 2502.63 kcal; Białko ogółem: 105.69 g; Tłuszcz: 87.18 g; Kw. tł. nasy.: 41.51 g; Węglowodany ogółem: 332.58 g; W tym cukry: 67.15 g; Błonnik pok.: 26.23 g; Sól: 9.00 g;	Wartość energetyczna: 2697.42 kcal; Białko ogółem: 107.24 g; Tłuszcz: 88.96 g; Kw. tł. nasy.: 47.44 g; Węglowodany ogółem: 258.40 g; W tym cukry: 53.20 g; Błonnik pok.: 16.15 g; Sól: 4.26 g;	Wartość energetyczna: 2097.40 kcal; Białko ogółem: 79.32 g; Tłuszcz: 85.09 g; Kw. tł. nasy.: 35.22 g; Węglowodany ogółem: 375.72 g; W tym cukry: 81.15 g; Błonnik pok.: 25.16 g; Sól: 8.84 g;	Wartość energetyczna: 2967.54 kcal; Białko ogółem: 117.20 g; Tłuszcz: 113.71 g; Kw. tł. nasy.: 50.30 g; Węglowodany ogółem: 375.72 g; W tym cukry: 81.15 g; Błonnik pok.: 25.16 g; Sól: 8.84 g;	Wartość energetyczna: 3040.52 kcal; Białko ogółem: 129.89 g; Tłuszcz: 117.54 g; Kw. tł. nasy.: 51.67 g; Węglowodany ogółem: 375.72 g; W tym cukry: 79.99 g; Błonnik pok.: 27.62 g; Sól: 10.29 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 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	
2024-06-12 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb Graham 70 g (GLU PSZ), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.), Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE), Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g, Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.), Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.), Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Jabłko 150 g					Jabłko pieczone 150 g					Jabłko pieczone 150 g
2024-06-12 środa	Obiad	Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ziemiaki gotowane () 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ), Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Marchew gotowana z olejem () 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ziemiaki gotowane () 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ), Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Marchew gotowana z olejem () 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ziemiaki gotowane () 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ), Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Surówka z selera i jabolka z olejem () b/c 100 g (SEL), Marchew gotowana z olejem () 100 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ziemiaki gotowane () 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ), Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Marchew gotowana z olejem () 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ziemiaki gotowane () 200 g, Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ), Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Surówka z marchwi i chrzanu () 200 g (MLE, SOJ), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL), Ziemiaki gotowane () 200 g, Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (JAJ), Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (MLE), Marchew gotowana z olejem () 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ziemiaki gotowane () 200 g, Pulpet drobiowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Marchew gotowana z olejem () 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ziemiaki gotowane () 200 g, Pulpet drobiowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Marchew gotowana z olejem () 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ziemiaki gotowane () 200 g, Pulpet drobiowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Marchew gotowana z olejem () 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE)						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE)	
2024-06-12 środa	Kolacja	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Paprykarz szczeciński 100 g (RYB, SOJ), Ogórek świeży 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Grysiowka () 400 ml (GLU PSZ, SEL), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Sok marchwiowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Grysiowka () 400 ml (GLU PSZ, SEL), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - grysiowka () 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), Paprykarz szczeciński 100 g (RYB, SOJ), Ogórek świeży 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Sok marchwiowy 200 ml, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g, Masło 83% tł. 20 g (MLE), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Ser żółty 50 g (MLE), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Sok marchwiowy 200 ml	
		Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (MLE, GLU OW.)		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g), 0,5 szt (GLU PSZ, MLE), Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (MLE, GLU OW.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszaný 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g), 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.), Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (MLE, GLU OW.)	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (MLE, GLU OW.)	Mus - przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (MLE, GLU OW.)	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (MLE, GLU OW.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszaný 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g), 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.), Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (MLE, GLU OW.)	
		Wartość energetyczna: 2447,38 kcal; Białko ogółem: 97,27 g; Tłuszcz: 81,76 g; Kw. tł. nasy.: 36,02 g; Węglowodany ogółem: 343,60 g; W tym cukry: 76,74 g; Błonnik pok.: 27,54 g; Sól: 8,28 g;	Wartość energetyczna: 2295,84 kcal; Białko ogółem: 88,64 g; Tłuszcz: 76,38 g; Kw. tł. nasy.: 35,72 g; Węglowodany ogółem: 325,88 g; W tym cukry: 75,59 g; Błonnik pok.: 26,84 g; Sól: 7,35 g;	Wartość energetyczna: 2369,15 kcal; Białko ogółem: 91,04 g; Tłuszcz: 72,54 g; Kw. tł. nasy.: 34,48 g; Węglowodany ogółem: 348,22 g; W tym cukry: 99,00 g; Błonnik pok.: 25,80 g; Sól: 8,63 g;	Wartość energetyczna: 2445,60 kcal; Białko ogółem: 97,53 g; Tłuszcz: 70,15 g; Kw. tł. nasy.: 32,63 g; Węglowodany ogółem: 368,47 g; W tym cukry: 92,37 g; Błonnik pok.: 26,61 g; Sól: 10,43 g;	Wartość energetyczna: 2454,48 kcal; Białko ogółem: 123,91 g; Tłuszcz: 116,04 g; Kw. tł. nasy.: 27,64 g; Węglowodany ogółem: 235,04 g; W tym cukry: 90,42 g; Błonnik pok.: 14,81 g; Sól: 5,95 g;	Wartość energetyczna: 2336,05 kcal; Białko ogółem: 95,80 g; Tłuszcz: 83,16 g; Kw. tł. nasy.: 34,70 g; Węglowodany ogółem: 321,07 g; W tym cukry: 70,21 g; Błonnik pok.: 39,35 g; Sól: 8,45 g;	Wartość energetyczna: 2316,94 kcal; Białko ogółem: 88,62 g; Tłuszcz: 70,37 g; Kw. tł. nasy.: 33,96 g; Węglowodany ogółem: 343,35 g; W tym cukry: 78,99 g; Błonnik pok.: 33,43 g; Sól: 9,74 g;	Wartość energetyczna: 2429,53 kcal; Białko ogółem: 98,41 g; Tłuszcz: 86,18 g; Kw. tł. nasy.: 48,75 g; Węglowodany ogółem: 326,35 g; W tym cukry: 78,82 g; Błonnik pok.: 24,21 g; Sól: 6,33 g;	Wartość energetyczna: 1843,83 kcal; Białko ogółem: 58,31 g; Tłuszcz: 71,06 g; Kw. tł. nasy.: 27,75 g; Węglowodany ogółem: 252,78 g; W tym cukry: 56,66 g; Błonnik pok.: 20,66 g; Sól: 4,04 g;	Wartość energetyczna: 2506,29 kcal; Białko ogółem: 94,88 g; Tłuszcz: 86,14 g; Kw. tł. nasy.: 44,02 g; Węglowodany ogółem: 349,14 g; W tym cukry: 98,58 g; Błonnik pok.: 25,80 g; Sól: 8,42 g;	Wartość energetyczna: 2732,03 kcal; Białko ogółem: 106,38 g; Tłuszcz: 90,94 g; Kw. tł. nasy.: 47,53 g; Węglowodany ogółem: 383,91 g; W tym cukry: 94,93 g; Błonnik pok.: 34,20 g; Sól: 9,90 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 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, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odtżywca - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU OW.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml
Tł.SN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml										
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (SEL) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU JECZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (SEL) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odtżywca - ziemniaczana () RYD 700 g (JAJ, SEL) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odtżywca - ziemniaczana () RYD 700 g (JAJ, SEL) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Surówka wielowarzywna z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL) Kaszotto jaglane z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE)										
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (MLE, SEL) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (MLE, SEL) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odtżywca - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (JAJ, SEL) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odtżywca - 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) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek topiony 50 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
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)		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: 2620.92 kcal; Białko ogółem: 101.75 g; Tłuszcz: 99.20 g; Kw. tł. nasy.: 48.69 g; Węglowodany ogółem: 347.07 g; W tym cukry: 83.70 g; Błonnik pok.: 35.51 g; Sól: 8.33 g;	Wartość energetyczna: 2517.16 kcal; Białko ogółem: 105.09 g; Tłuszcz: 91.10 g; Kw. tł. nasy.: 39.93 g; Węglowodany ogółem: 332.44 g; W tym cukry: 73.90 g; Błonnik pok.: 28.33 g; Sól: 6.72 g;	Wartość energetyczna: 2597.52 kcal; Białko ogółem: 104.73 g; Tłuszcz: 91.21 g; Kw. tł. nasy.: 40.38 g; Węglowodany ogółem: 351.29 g; W tym cukry: 78.49 g; Błonnik pok.: 30.09 g; Sól: 6.93 g;	Wartość energetyczna: 2709.22 kcal; Białko ogółem: 124.60 g; Tłuszcz: 124.04 g; Kw. tł. nasy.: 39.94 g; Węglowodany ogółem: 375.09 g; W tym cukry: 82.70 g; Błonnik pok.: 31.36 g; Sól: 6.66 g;	Wartość energetyczna: 2450.41 kcal; Białko ogółem: 110.79 g; Tłuszcz: 85.45 g; Kw. tł. nasy.: 32.19 g; Węglowodany ogółem: 217.50 g; W tym cukry: 100.38 g; Błonnik pok.: 17.75 g; Sól: 4.09 g;	Wartość energetyczna: 2345.49 kcal; Białko ogółem: 104.85 g; Tłuszcz: 85.45 g; Kw. tł. nasy.: 39.68 g; Węglowodany ogółem: 305.74 g; W tym cukry: 68.87 g; Błonnik pok.: 36.39 g; Sól: 7.19 g;	Wartość energetyczna: 2496.76 kcal; Białko ogółem: 98.26 g; Tłuszcz: 86.71 g; Kw. tł. nasy.: 39.48 g; Węglowodany ogółem: 341.65 g; W tym cukry: 68.92 g; Błonnik pok.: 30.39 g; Sól: 8.05 g;	Wartość energetyczna: 2580.48 kcal; Białko ogółem: 91.27 g; Tłuszcz: 101.61 g; Kw. tł. nasy.: 45.28 g; Węglowodany ogółem: 329.54 g; W tym cukry: 73.66 g; Błonnik pok.: 33.74 g; Sól: 6.53 g;	Wartość energetyczna: 2077.96 kcal; Białko ogółem: 73.12 g; Tłuszcz: 84.31 g; Kw. tł. nasy.: 32.76 g; Węglowodany ogółem: 263.17 g; W tym cukry: 48.44 g; Błonnik pok.: 18.74 g; Sól: 3.42 g;	Wartość energetyczna: 2646.67 kcal; Białko ogółem: 97.19 g; Tłuszcz: 102.23 g; Kw. tł. nasy.: 49.19 g; Węglowodany ogółem: 346.04 g; W tym cukry: 79.55 g; Błonnik pok.: 30.59 g; Sól: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 2868.64 kcal; Białko ogółem: 114.04 g; Tłuszcz: 107.86 g; Kw. tł. nasy.: 50.27 g; Węglowodany ogółem: 373.08 g; W tym cukry: 78.39 g; Błonnik pok.: 33.01 g; Sól: 9.29 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 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	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb Graham 70 g (<u>GLU PSZ</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Dżem wiśniowy 60 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</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>) Dżem wiśniowy 60 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</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>) Dżem wiśniowy 60 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>)	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>) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>)	Płynna odtwycza - 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>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jabłko pieczone 150 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>) Dżem wiśniowy 60 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Dżem wiśniowy 60 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Twarożek 50 g (<u>MLE</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>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jabłko pieczone 150 g	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>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jabłko pieczone 150 g	
Tł.SN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)										Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	
Obiad	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Salatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (<u>SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (<u>SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odtwycza - szpinakowa z zacierką () RYD 700 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (<u>SEL</u>) Salatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (<u>SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Kotlety gryczane z cebulką i twarogiem 350 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Sos pieczarkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Salatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (<u>SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (<u>SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (<u>SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD	Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (<u>MLE</u>)										Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (<u>MLE</u>)	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) 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>) Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Selerowa z makaronem () 400 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Selerowa z makaronem () 400 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odtwycza - selerowa 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 Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 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>) 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>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Dżem wiśniowy 60 g Banan 1szt. 1 szt 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 Sok pomidorowy 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 pomidorowy 200 ml	
PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt										Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</u>) Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
	Wartość energetyczna: 2766.70 kcal; Białko ogółem: 104.29 g; Tłuszcz: 83.12 g; Kw. tł. nasy.: 35.85 g; Węglowodany ogółem: 412.15 g; W tym cukry: 140.47 g; Błonnik pok.: 30.01 g; Sól: 5.59 g;	Wartość energetyczna: 2639.59 kcal; Białko ogółem: 101.18 g; Tłuszcz: 78.48 g; Kw. tł. nasy.: 35.33 g; Węglowodany ogółem: 395.34 g; W tym cukry: 139.24 g; Błonnik pok.: 31.61 g; Sól: 6.32 g;	Wartość energetyczna: 2510.29 kcal; Białko ogółem: 103.51 g; Tłuszcz: 74.50 g; Kw. tł. nasy.: 33.90 g; Węglowodany ogółem: 369.93 g; W tym cukry: 118.16 g; Błonnik pok.: 31.99 g; Sól: 8.04 g;	Wartość energetyczna: 2676.08 kcal; Białko ogółem: 107.29 g; Tłuszcz: 74.15 g; Kw. tł. nasy.: 33.63 g; Węglowodany ogółem: 411.39 g; W tym cukry: 124.12 g; Błonnik pok.: 36.80 g; Sól: 8.11 g;	Wartość energetyczna: 2484.93 kcal; Białko ogółem: 125.55 g; Tłuszcz: 115.62 g; Kw. tł. nasy.: 27.56 g; Węglowodany ogółem: 242.57 g; W tym cukry: 91.51 g; Błonnik pok.: 18.78 g; Sól: 3.96 g;	Wartość energetyczna: 2266.65 kcal; Białko ogółem: 112.80 g; Tłuszcz: 88.91 g; Kw. tł. nasy.: 44.76 g; Węglowodany ogółem: 269.91 g; W tym cukry: 44.75 g; Błonnik pok.: 33.96 g; Sól: 7.34 g;	Wartość energetyczna: 2345.95 kcal; Białko ogółem: 112.84 g; Tłuszcz: 96.85 g; Kw. tł. nasy.: 36.40 g; Węglowodany ogółem: 423.68 g; W tym cukry: 313.61 g; Błonnik pok.: 33.31 g; Sól: 9.41 g;	Wartość energetyczna: 2898.77 kcal; Białko ogółem: 94.32 g; Tłuszcz: 96.85 g; Kw. tł. nasy.: 38.08 g; Węglowodany ogółem: 423.68 g; W tym cukry: 114.25 g; Błonnik pok.: 30.73 g; Sól: 4.89 g;	Wartość energetyczna: 2193.65 kcal; Białko ogółem: 66.48 g; Tłuszcz: 72.75 g; Kw. tł. nasy.: 28.27 g; Węglowodany ogółem: 326.58 g; W tym cukry: 114.25 g; Błonnik pok.: 25.63 g; Sól: 3.01 g;	Wartość energetyczna: 2521.21 kcal; Białko ogółem: 99.01 g; Tłuszcz: 77.82 g; Kw. tł. nasy.: 33.90 g; Węglowodany ogółem: 369.32 g; W tym cukry: 116.18 g; Błonnik pok.: 31.99 g; Sól: 7.26 g;	Wartość energetyczna: 2751.85 kcal; Białko ogółem: 128.95 g; Tłuszcz: 101.25 g; Kw. tł. nasy.: 47.24 g; Węglowodany ogółem: 346.29 g; W tym cukry: 69.98 g; Błonnik pok.: 34.08 g; Sól: 9.81 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 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 Vegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
2024-06-15 sobota	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, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne 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 Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Płynna odtwycza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU, JECZ.) 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) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serniki 50 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Tł.SN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml			
2024-06-15 sobota	Obiad	Koperkowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ.) Buraczki podprawiane-drobno tarte () 200 g (GLU, PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa (zmielona) 100 g (GLU, PSZ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (GLU, PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odtwycza - koperkowa z ryżem () RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (GLU, PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (GLU, PSZ, SOJ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa (bez glutenu) 100 g Sos jarzynowy (bez glutenu) 100 ml (SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ.) 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	Koperkowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ.) 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	
		PD	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE)						Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE)			
2024-06-15 sobota	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasztet z soczewicy () 70 g (GLU, PSZ, JAJ.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Ziemniaczana () 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odtwycza - 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) Pasztet z soczewicy () 70 g (GLU, PSZ, JAJ.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek topiony 50 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	
		PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 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	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU, ZYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)
		Wartość energetyczna: 2705.42 kcal; Białko ogółem: 110.63 g; Tłuszcz: 92.41 g; Kw. tł. nasy.: 40.04 g; Węglowodany ogółem: 373.92 g; W tym cukry: 78.31 g; Błonnik pok.: 34.15 g; Sól: 8.09 g;	Wartość energetyczna: 2493.44 kcal; Białko ogółem: 112.83 g; Tłuszcz: 77.68 g; Kw. tł. nasy.: 38.27 g; Węglowodany ogółem: 346.95 g; W tym cukry: 79.78 g; Błonnik pok.: 24.48 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2581.19 kcal; Białko ogółem: 113.72 g; Tłuszcz: 77.80 g; Kw. tł. nasy.: 38.72 g; Węglowodany ogółem: 366.09 g; W tym cukry: 74.37 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 7.71 g;	Wartość energetyczna: 2745.71 kcal; Białko ogółem: 120.60 g; Tłuszcz: 77.26 g; Kw. tł. nasy.: 38.24 g; Węglowodany ogółem: 404.53 g; W tym cukry: 78.56 g; Błonnik pok.: 31.00 g; Sól: 7.42 g;	Wartość energetyczna: 2447.98 kcal; Białko ogółem: 123.40 g; Tłuszcz: 122.04 g; Kw. tł. nasy.: 31.94 g; Węglowodany ogółem: 223.32 g; W tym cukry: 100.45 g; Błonnik pok.: 19.36 g; Sól: 4.99 g;	Wartość energetyczna: 2520.19 kcal; Białko ogółem: 107.90 g; Tłuszcz: 86.93 g; Kw. tł. nasy.: 39.00 g; Węglowodany ogółem: 343.94 g; W tym cukry: 77.79 g; Błonnik pok.: 35.23 g; Sól: 7.70 g;	Wartość energetyczna: 2496.84 kcal; Białko ogółem: 106.57 g; Tłuszcz: 74.20 g; Kw. tł. nasy.: 37.94 g; Węglowodany ogółem: 360.21 g; W tym cukry: 72.92 g; Błonnik pok.: 26.92 g; Sól: 8.33 g;	Wartość energetyczna: 2685.82 kcal; Białko ogółem: 83.99 g; Tłuszcz: 99.72 g; Kw. tł. nasy.: 45.60 g; Węglowodany ogółem: 378.93 g; W tym cukry: 83.20 g; Błonnik pok.: 34.90 g; Sól: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 2047.34 kcal; Białko ogółem: 75.71 g; Tłuszcz: 75.92 g; Kw. tł. nasy.: 31.56 g; Węglowodany ogółem: 272.45 g; W tym cukry: 51.77 g; Błonnik pok.: 19.99 g; Sól: 3.95 g;	Wartość energetyczna: 2640.69 kcal; Białko ogółem: 106.32 g; Tłuszcz: 88.80 g; Kw. tł. nasy.: 46.79 g; Węglowodany ogółem: 363.69 g; W tym cukry: 74.87 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 8.72 g;	Wartość energetyczna: 2840.73 kcal; Białko ogółem: 113.40 g; Tłuszcz: 92.98 g; Kw. tł. nasy.: 50.23 g; Węglowodany ogółem: 398.49 g; W tym cukry: 90.06 g; Błonnik pok.: 29.86 g; Sól: 10.20 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 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	
2024-06-16 niedziela	Śniadanie	Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pastaz z twarogu z dżemem brzoskwinowym 100 g (MLE) Jabłko pieczone 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pastaz z twarogu z dżemem brzoskwinowym 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekem 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) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Twarożek 100 g (MLE) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Twarożek 100 g (MLE) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pastaz z twarogu z dżemem brzoskwinowym 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) Pastaz z twarogu z dżemem brzoskwinowym 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.) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g
							Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Sznajkarz gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysiwka () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Sznajkarz gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Budyń z udzka kurczaka 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Sznajkarz gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - rosół z makaronem () 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 Udko gotowane 1szt. 210 g Sznajkarz gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysiwka () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Sznajkarz gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Sznajkarz gotowany z olejem (bez glutenu)* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Sznajkarz gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Sznajkarz gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
							Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Jarzynowa z ryżem (dieta) 400 ml (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Hummus 100 g (SEZ) 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) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) 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) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE.) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	
		Wartość energetyczna: 2524.54 kcal; Białko ogółem: 123.82 g; Tłuszcz: 107.59 g; Kw. tł. nasy.: 47.76 g; Węglowodany ogółem: 275.46 g; W tym cukry: 54.41 g; Błonnik pok.: 24.84 g; Sól: 8.15 g;	Wartość energetyczna: 2434.50 kcal; Białko ogółem: 118.30 g; Tłuszcz: 90.29 g; Kw. tł. nasy.: 38.95 g; Węglowodany ogółem: 293.82 g; W tym cukry: 63.41 g; Błonnik pok.: 21.06 g; Sól: 7.14 g;	Wartość energetyczna: 2384.60 kcal; Białko ogółem: 111.90 g; Tłuszcz: 86.66 g; Kw. tł. nasy.: 37.84 g; Węglowodany ogółem: 296.00 g; W tym cukry: 65.54 g; Błonnik pok.: 21.37 g; Sól: 8.02 g;	Wartość energetyczna: 2581.55 kcal; Białko ogółem: 106.97 g; Tłuszcz: 72.06 g; Kw. tł. nasy.: 35.15 g; Węglowodany ogółem: 384.70 g; W tym cukry: 87.08 g; Błonnik pok.: 24.77 g; Sól: 8.38 g;	Wartość energetyczna: 2471.94 kcal; Białko ogółem: 123.45 g; Tłuszcz: 114.29 g; Kw. tł. nasy.: 27.33 g; Węglowodany ogółem: 241.63 g; W tym cukry: 88.93 g; Błonnik pok.: 16.77 g; Sól: 3.81 g;	Wartość energetyczna: 2501.51 kcal; Białko ogółem: 136.13 g; Tłuszcz: 108.28 g; Kw. tł. nasy.: 50.82 g; Węglowodany ogółem: 257.44 g; W tym cukry: 43.39 g; Błonnik pok.: 29.33 g; Sól: 8.64 g;	Wartość energetyczna: 2486.86 kcal; Białko ogółem: 126.85 g; Tłuszcz: 92.48 g; Kw. tł. nasy.: 42.25 g; Węglowodany ogółem: 293.18 g; W tym cukry: 56.59 g; Błonnik pok.: 23.76 g; Sól: 9.49 g;	Wartość energetyczna: 2504.52 kcal; Białko ogółem: 72.19 g; Tłuszcz: 101.80 g; Kw. tł. nasy.: 34.99 g; Węglowodany ogółem: 329.16 g; W tym cukry: 66.65 g; Błonnik pok.: 24.59 g; Sól: 6.76 g;	Wartość energetyczna: 2266.27 kcal; Białko ogółem: 94.63 g; Tłuszcz: 90.45 g; Kw. tł. nasy.: 36.01 g; Węglowodany ogółem: 271.01 g; W tym cukry: 54.39 g; Błonnik pok.: 15.90 g; Sól: 3.94 g;	Wartość energetyczna: 2516.94 kcal; Białko ogółem: 122.08 g; Tłuszcz: 102.57 g; Kw. tł. nasy.: 47.26 g; Węglowodany ogółem: 284.72 g; W tym cukry: 63.49 g; Błonnik pok.: 21.84 g; Sól: 9.09 g;	Wartość energetyczna: 2656.41 kcal; Białko ogółem: 138.87 g; Tłuszcz: 108.20 g; Kw. tł. nasy.: 48.34 g; Węglowodany ogółem: 291.15 g; W tym cukry: 45.35 g; Błonnik pok.: 24.23 g; Sól: 10.39 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 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, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sałata 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) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sałata 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) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odtwycza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU, OW.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, GOR.) 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 rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml 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) Szynkowa dębowa Kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata 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) Ser topiony 50 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	
II SN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml										Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	
Obiad	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jablek () z/c 80 g (MLE) Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mus z jablek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Płynna odtwycza - solferino () RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jablek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mus z jablek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mus z jablek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino (bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mus z jablek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mus z jablek () z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mus z jablek () b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mus z jablek () b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE)										Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE)	
Kolacja	Mix салат 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) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Mix салат 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU 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 Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Gryskowa () 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Płynna odtwycza - gryskowa () RYD 700 g (GLU, PSZ, JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Mix салат 20 g Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z twarogu i rzodkiewki 100 g (MLE) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mix салат 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) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Mix салат 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE) 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) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś gotowana rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	
PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	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 18 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)
	Wartość energetyczna: 2493,85 kcal; Białko ogółem: 96,64 g; Tłuszcz: 76,14 g; Kw. tł. nasy.: 40,15 g; Węglowodany ogółem: 365,87 g; W tym cukry: 72,06 g; Błonnik pok.: 32,08 g; Sól: 6,37 g;	Wartość energetyczna: 2361,12 kcal; Białko ogółem: 88,88 g; Tłuszcz: 71,21 g; Kw. tł. nasy.: 40,03 g; Węglowodany ogółem: 349,24 g; W tym cukry: 74,87 g; Błonnik pok.: 19,23 g; Sól: 6,31 g;	Wartość energetyczna: 2393,90 kcal; Białko ogółem: 85,59 g; Tłuszcz: 68,98 g; Kw. tł. nasy.: 37,28 g; Węglowodany ogółem: 362,49 g; W tym cukry: 76,19 g; Błonnik pok.: 20,06 g; Sól: 6,33 g;	Wartość energetyczna: 2446,09 kcal; Białko ogółem: 90,15 g; Tłuszcz: 67,36 g; Kw. tł. nasy.: 36,70 g; Węglowodany ogółem: 375,98 g; W tym cukry: 79,26 g; Błonnik pok.: 20,87 g; Sól: 5,97 g;	Wartość energetyczna: 2463,35 kcal; Białko ogółem: 126,38 g; Tłuszcz: 124,49 g; Kw. tł. nasy.: 32,23 g; Węglowodany ogółem: 218,06 g; W tym cukry: 101,67 g; Błonnik pok.: 18,09 g; Sól: 4,09 g;	Wartość energetyczna: 2404,16 kcal; Białko ogółem: 97,30 g; Tłuszcz: 74,41 g; Kw. tł. nasy.: 40,78 g; Węglowodany ogółem: 350,17 g; W tym cukry: 69,23 g; Błonnik pok.: 37,31 g; Sól: 7,18 g;	Wartość energetyczna: 2410,10 kcal; Białko ogółem: 82,64 g; Tłuszcz: 66,95 g; Kw. tł. nasy.: 37,98 g; Węglowodany ogółem: 374,79 g; W tym cukry: 72,78 g; Błonnik pok.: 21,39 g; Sól: 8,25 g;	Wartość energetyczna: 2541,01 kcal; Białko ogółem: 90,09 g; Tłuszcz: 85,54 g; Kw. tł. nasy.: 45,14 g; Węglowodany ogółem: 363,36 g; W tym cukry: 68,58 g; Błonnik pok.: 24,00 g; Sól: 5,60 g;	Wartość energetyczna: 1929,99 kcal; Białko ogółem: 53,31 g; Tłuszcz: 64,36 g; Kw. tł. nasy.: 32,78 g; Węglowodany ogółem: 286,75 g; W tym cukry: 49,98 g; Błonnik pok.: 12,48 g; Sól: 3,01 g;	Wartość energetyczna: 2447,90 kcal; Białko ogółem: 74,35 g; Tłuszcz: 77,71 g; Kw. tł. nasy.: 44,22 g; Węglowodany ogółem: 369,19 g; W tym cukry: 76,20 g; Błonnik pok.: 22,02 g; Sól: 6,54 g;	Wartość energetyczna: 2736,37 kcal; Białko ogółem: 86,32 g; Tłuszcz: 84,57 g; Kw. tł. nasy.: 49,29 g; Węglowodany ogółem: 415,58 g; W tym cukry: 85,92 g; Błonnik pok.: 25,47 g; Sól: 8,84 g;	

2024-06-17 poniedziałek

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 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	Makaron 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) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Roszponka 10 g	Makaron 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) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Roszponka 10 g	Makaron 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) 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	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) 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 (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) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok pomidorowy 200 ml	Makaron 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) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Roszponka 10 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU 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	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) 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 z/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	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziolowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z rzepy białej i jabłka () 200 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziolowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa (zmielona) 100 g Sos ziolowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - wielowarzywna z ziemniakami () RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziolowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziolowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Gulasz z soczewicy i papryki () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z rzepy białej i jabłka () 200 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami (bez glutenu) () 200 ml (SEL.) Kasza jaglana na sypko 200 g Pieczeń wołowa 100 g Sos ziolowy (bez glutenu) () 100 ml (SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziolowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)									Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)	
Kolacja	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 (RYB, SEL.) Twaróg półtusty 50 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU 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 (SOJ.) Twaróg półtusty 50 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g (SOJ.) Twaróg półtusty 50 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g (SOJ.) Twaróg półtusty 50 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Salata zielona 20 g Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g (RYB, SEL.) Twaróg półtusty 50 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g (SOJ.) Twaróg półtusty 50 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU 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 (SOJ.) Twaróg półtusty 50 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml 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 (SOJ.) Twaróg półtusty 50 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g (SOJ.) Twaróg półtusty 50 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g (SOJ.) Twaróg półtusty 50 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
PN	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.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) 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) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2543,45 kcal; Białko ogółem: 111,61 g; Tłuszcz: 87,06 g; Kw. tł. nasy.: 41,50 g; Węglowodany ogółem: 341,55 g; W tym cukry: 66,13 g; Błonnik pok.: 32,87 g; Sól: 6,79 g;	Wartość energetyczna: 2351,69 kcal; Białko ogółem: 100,95 g; Tłuszcz: 73,87 g; Kw. tł. nasy.: 34,59 g; Węglowodany ogółem: 333,77 g; W tym cukry: 67,00 g; Błonnik pok.: 32,15 g; Sól: 8,41 g;	Wartość energetyczna: 2416,70 kcal; Białko ogółem: 100,94 g; Tłuszcz: 74,40 g; Kw. tł. nasy.: 35,14 g; Węglowodany ogółem: 349,67 g; W tym cukry: 66,65 g; Błonnik pok.: 34,42 g; Sól: 9,34 g;	Wartość energetyczna: 2645,48 kcal; Białko ogółem: 109,25 g; Tłuszcz: 74,09 g; Kw. tł. nasy.: 34,69 g; Węglowodany ogółem: 401,76 g; W tym cukry: 70,84 g; Błonnik pok.: 38,01 g; Sól: 9,10 g;	Wartość energetyczna: 2313,35 kcal; Białko ogółem: 111,41 g; Tłuszcz: 78,38 g; Kw. tł. nasy.: 27,23 g; Węglowodany ogółem: 208,70 g; W tym cukry: 91,86 g; Błonnik pok.: 19,70 g; Sól: 3,88 g;	Wartość energetyczna: 2395,38 kcal; Białko ogółem: 111,41 g; Tłuszcz: 73,26 g; Kw. tł. nasy.: 38,85 g; Węglowodany ogółem: 328,10 g; W tym cukry: 63,48 g; Błonnik pok.: 39,56 g; Sól: 7,53 g;	Wartość energetyczna: 2455,81 kcal; Białko ogółem: 98,93 g; Tłuszcz: 75,44 g; Kw. tł. nasy.: 35,56 g; Węglowodany ogółem: 364,90 g; W tym cukry: 63,78 g; Błonnik pok.: 37,03 g; Sól: 11,33 g;	Wartość energetyczna: 2425,95 kcal; Białko ogółem: 83,17 g; Tłuszcz: 75,44 g; Kw. tł. nasy.: 35,95 g; Węglowodany ogółem: 368,05 g; W tym cukry: 65,85 g; Błonnik pok.: 36,41 g; Sól: 5,23 g;	Wartość energetyczna: 1808,19 kcal; Białko ogółem: 66,62 g; Tłuszcz: 66,53 g; Kw. tł. nasy.: 26,97 g; Węglowodany ogółem: 242,17 g; W tym cukry: 39,65 g; Błonnik pok.: 21,41 g; Sól: 4,17 g;	Wartość energetyczna: 2520,68 kcal; Białko ogółem: 99,32 g; Tłuszcz: 86,09 g; Kw. tł. nasy.: 37,99 g; Węglowodany ogółem: 351,75 g; W tym cukry: 69,48 g; Błonnik pok.: 35,67 g; Sól: 8,30 g;	Wartość energetyczna: 2886,96 kcal; Białko ogółem: 121,05 g; Tłuszcz: 94,40 g; Kw. tł. nasy.: 40,70 g; Węglowodany ogółem: 404,36 g; W tym cukry: 76,82 g; Błonnik pok.: 39,08 g; Sól: 10,46 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 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	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g
Tł.SN							Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml				Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
Obiad	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazylkowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Salatka szwedzka () 200 g (GOR.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazylkowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Klopsik drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos bazylkowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Dyńia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Klopsik drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazylkowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Salatka szwedzka () 100 g (GOR.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Klopsik drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazylkowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Dyńia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Curry dyniowo-ziemniaczane z ciecierzycą 350 g Salatka szwedzka () 200 g (GOR.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazylkowy (bez glutenu) () 100 ml (SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ryżem () 400 g (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazylkowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazylkowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazylkowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD							Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE)				Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE)
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony,drobiowy,parzo ny,wędzony. 50 g (może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony,drobiowy,parzo ny,wędzony. 50 g (może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) 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) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony,drobiowy,parzo ny,wędzony. 50 g (może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) 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) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony,drobiowy,parzo ny,wędzony. 50 g (może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Jarszynowa z makaronem dieta () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarszynowa z makaronem () RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony,drobiowy,parzo ny,wędzony. 50 g (może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony,drobiowy,parzo ny,wędzony. 50 g (może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 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) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony,drobiowy,parzo ny,wędzony. 50 g (może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) 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) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony,drobiowy,parzo ny,wędzony. 50 g (może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	
PN			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)
	Wartość energetyczna: 2534.33 kcal; Białko ogółem: 109.35 g; Tłuszcz: 85.31 g; Kw. tł. nasy.: 44.59 g; Węglowodany ogółem: 344.40 g; W tym cukry: 95.49 g; Błonnik pok.: 24.84 g; Sól: 9.23 g;	Wartość energetyczna: 2515.04 kcal; Białko ogółem: 109.20 g; Tłuszcz: 85.57 g; Kw. tł. nasy.: 44.80 g; Węglowodany ogółem: 332.93 g; W tym cukry: 86.68 g; Błonnik pok.: 18.34 g; Sól: 6.58 g;	Wartość energetyczna: 2544.23 kcal; Białko ogółem: 95.65 g; Tłuszcz: 82.17 g; Kw. tł. nasy.: 41.49 g; Węglowodany ogółem: 363.36 g; W tym cukry: 98.42 g; Błonnik pok.: 24.65 g; Sól: 7.43 g;	Wartość energetyczna: 2653.63 kcal; Białko ogółem: 102.59 g; Tłuszcz: 82.00 g; Kw. tł. nasy.: 41.08 g; Węglowodany ogółem: 385.30 g; W tym cukry: 102.69 g; Błonnik pok.: 25.87 g; Sól: 7.16 g;	Wartość energetyczna: 2522.56 kcal; Białko ogółem: 126.51 g; Tłuszcz: 121.37 g; Kw. tł. nasy.: 31.73 g; Węglowodany ogółem: 237.97 g; W tym cukry: 99.87 g; Błonnik pok.: 14.76 g; Sól: 4.07 g;	Wartość energetyczna: 2430.00 kcal; Białko ogółem: 121.29 g; Tłuszcz: 82.42 g; Kw. tł. nasy.: 41.73 g; Węglowodany ogółem: 313.66 g; W tym cukry: 67.68 g; Błonnik pok.: 28.15 g; Sól: 8.75 g;	Wartość energetyczna: 2586.88 kcal; Białko ogółem: 101.72 g; Tłuszcz: 78.85 g; Kw. tł. nasy.: 38.56 g; Węglowodany ogółem: 376.26 g; W tym cukry: 85.22 g; Błonnik pok.: 27.30 g; Sól: 9.36 g;	Wartość energetyczna: 2341.98 kcal; Białko ogółem: 82.21 g; Tłuszcz: 80.92 g; Kw. tł. nasy.: 48.65 g; Węglowodany ogółem: 326.94 g; W tym cukry: 103.82 g; Błonnik pok.: 29.12 g; Sól: 8.70 g;	Wartość energetyczna: 2095.08 kcal; Białko ogółem: 113.64 g; Tłuszcz: 81.56 g; Kw. tł. nasy.: 38.33 g; Węglowodany ogółem: 264.74 g; W tym cukry: 63.84 g; Błonnik pok.: 15.70 g; Sól: 3.26 g;	Wartość energetyczna: 2727.22 kcal; Białko ogółem: 127.04 g; Tłuszcz: 117.83 g; Kw. tł. nasy.: 49.85 g; Węglowodany ogółem: 325.18 g; W tym cukry: 75.18 g; Błonnik pok.: 19.12 g; Sól: 8.79 g;	Wartość energetyczna: 3109.87 kcal; Białko ogółem: 127.04 g; Tłuszcz: 117.83 g; Kw. tł. nasy.: 54.94 g; Węglowodany ogółem: 392.72 g; W tym cukry: 92.38 g; Błonnik pok.: 22.57 g; Sól: 11.14 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 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	
2024-06-20 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyńska rodzinna-wędkonka wiewprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyńska rodzinna-wędkonka wiewprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyńska rodzinna-wędkonka wiewprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekkiem 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) Szyńska rodzinna-wędkonka wiewprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyńska rodzinna-wędkonka wiewprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekkiem 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) Szyńska rodzinna-wędkonka wiewprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyńska rodzinna-wędkonka wiewprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyńska sołtysa wiewprzowa,wędzona,parzona 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyńska rodzinna-wędkonka wiewprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyńska rodzinna-wędkonka wiewprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml
	II SN	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE)										Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)
Obiad	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Łazanki z kapusta i mięs wp z łopatkami 350 g (GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wiewprzowego) 150g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - barszcz czerwony z ziemni () RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wiewprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wiewprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron ze szpinakiem i twarogiem* 350 g (GLU PSZ, MLE) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron bezglutenowy 200 g Sos mięsno warzywny () (z mięsa wiewprzowego) (bez glutenu) 150 g (SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wiewprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wiewprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wiewprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wiewprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD	Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE)										Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE)	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU 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 Sałata 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) Twarożek 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 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) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) 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) Twarożek 100 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyńska rodzinna-wędkonka wiewprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2595,07 kcal; Białko ogółem: 95,56 g; Tłuszcz: 93,09 g; Kw. tł. nasy.: 39,55 g; Węglowodany ogółem: 352,70 g; W tym cukry: 77,26 g; Błonnik pok.: 35,05 g; Sól: 8,15 g;	Wartość energetyczna: 2456,54 kcal; Białko ogółem: 101,61 g; Tłuszcz: 77,32 g; Kw. tł. nasy.: 36,81 g; Węglowodany ogółem: 347,15 g; W tym cukry: 80,44 g; Błonnik pok.: 24,96 g; Sól: 6,98 g;	Wartość energetyczna: 2536,41 kcal; Białko ogółem: 101,22 g; Tłuszcz: 77,43 g; Kw. tł. nasy.: 37,25 g; Węglowodany ogółem: 365,91 g; W tym cukry: 85,00 g; Błonnik pok.: 26,68 g; Sól: 7,18 g;	Wartość energetyczna: 2667,76 kcal; Białko ogółem: 107,10 g; Tłuszcz: 77,06 g; Kw. tł. nasy.: 36,82 g; Węglowodany ogółem: 394,63 g; W tym cukry: 88,59 g; Błonnik pok.: 27,46 g; Sól: 6,90 g;	Wartość energetyczna: 2381,92 kcal; Białko ogółem: 119,57 g; Tłuszcz: 113,60 g; Kw. tł. nasy.: 27,19 g; Węglowodany ogółem: 225,74 g; W tym cukry: 92,70 g; Błonnik pok.: 18,96 g; Sól: 3,92 g;	Wartość energetyczna: 2497,08 kcal; Białko ogółem: 108,77 g; Tłuszcz: 92,72 g; Kw. tł. nasy.: 39,76 g; Węglowodany ogółem: 315,33 g; W tym cukry: 48,85 g; Błonnik pok.: 47,07 g; Sól: 8,61 g;	Wartość energetyczna: 2560,19 kcal; Białko ogółem: 109,80 g; Tłuszcz: 81,60 g; Kw. tł. nasy.: 40,70 g; Węglowodany ogółem: 354,70 g; W tym cukry: 55,31 g; Błonnik pok.: 31,66 g; Sól: 9,30 g;	Wartość energetyczna: 2646,85 kcal; Białko ogółem: 85,12 g; Tłuszcz: 95,88 g; Kw. tł. nasy.: 42,87 g; Węglowodany ogółem: 368,04 g; W tym cukry: 82,45 g; Błonnik pok.: 31,87 g; Sól: 6,86 g;	Wartość energetyczna: 2024,59 kcal; Białko ogółem: 64,30 g; Tłuszcz: 73,31 g; Kw. tł. nasy.: 30,27 g; Węglowodany ogółem: 281,64 g; W tym cukry: 55,12 g; Błonnik pok.: 19,46 g; Sól: 2,89 g;	Wartość energetyczna: 2604,39 kcal; Białko ogółem: 97,99 g; Tłuszcz: 88,09 g; Kw. tł. nasy.: 44,57 g; Węglowodany ogółem: 363,71 g; W tym cukry: 81,59 g; Błonnik pok.: 26,68 g; Sól: 8,18 g;	Wartość energetyczna: 2942,61 kcal; Białko ogółem: 128,90 g; Tłuszcz: 100,48 g; Kw. tł. nasy.: 49,66 g; Węglowodany ogółem: 391,24 g; W tym cukry: 60,06 g; Błonnik pok.: 32,43 g; Sól: 10,51 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 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 Vegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c		
2024-06-21 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Miód (25g) 2 szt Arbuz 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.)	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.)	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 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.) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.)	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) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.) Jabłko pieczone 150 g	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) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.) Jabłko pieczone 150 g	
		Arbuz 150 g				Arbuz 150 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml				Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		
Obiad	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Surówka z kapusty młodej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL, SEL.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (JAJ, SEL, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ, SEL, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL, SEL.) Spaghetti vegetariańskie z soczewicą 350 g (GLU PSZ, SEL, SEL.) Surówka z kapusty młodej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku (bez glutenu) () 200 g (SEL, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL, SEL.) 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.)
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek świeży 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) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)
PN													
	Wartość energetyczna: 2773.13 kcal; Białko ogółem: 101.56 g; Tłuszcz: 96.17 g; Kw. tł. nasy.: 39.64 g; Węglowodany ogółem: 385.60 g; W tym cukry: 94.62 g; Błonnik pok.: 24.37 g; Sól: 5.55 g;	Wartość energetyczna: 2566.50 kcal; Białko ogółem: 98.28 g; Tłuszcz: 79.97 g; Kw. tł. nasy.: 38.52 g; Węglowodany ogółem: 374.42 g; W tym cukry: 90.28 g; Błonnik pok.: 25.34 g; Sól: 5.62 g;	Wartość energetyczna: 2562.63 kcal; Białko ogółem: 101.83 g; Tłuszcz: 76.55 g; Kw. tł. nasy.: 37.43 g; Węglowodany ogółem: 378.10 g; W tym cukry: 93.20 g; Błonnik pok.: 26.12 g; Sól: 7.64 g;	Wartość energetyczna: 2743.59 kcal; Białko ogółem: 105.81 g; Tłuszcz: 76.70 g; Kw. tł. nasy.: 37.38 g; Węglowodany ogółem: 420.90 g; W tym cukry: 98.70 g; Błonnik pok.: 28.76 g; Sól: 7.81 g;	Wartość energetyczna: 2563.99 kcal; Białko ogółem: 130.90 g; Tłuszcz: 123.47 g; Kw. tł. nasy.: 32.91 g; Węglowodany ogółem: 238.99 g; W tym cukry: 103.92 g; Błonnik pok.: 14.91 g; Sól: 4.15 g;	Wartość energetyczna: 2444.53 kcal; Białko ogółem: 121.56 g; Tłuszcz: 83.66 g; Kw. tł. nasy.: 39.61 g; Węglowodany ogółem: 319.55 g; W tym cukry: 83.05 g; Błonnik pok.: 34.33 g; Sól: 6.83 g;	Wartość energetyczna: 2577.02 kcal; Białko ogółem: 116.27 g; Tłuszcz: 76.73 g; Kw. tł. nasy.: 38.39 g; Węglowodany ogółem: 370.17 g; W tym cukry: 92.63 g; Błonnik pok.: 30.25 g; Sól: 10.04 g;	Wartość energetyczna: 2558.71 kcal; Białko ogółem: 81.37 g; Tłuszcz: 79.94 g; Kw. tł. nasy.: 38.18 g; Węglowodany ogółem: 389.50 g; W tym cukry: 87.89 g; Błonnik pok.: 25.35 g; Sól: 4.61 g;	Wartość energetyczna: 2077.08 kcal; Białko ogółem: 62.16 g; Tłuszcz: 71.30 g; Kw. tł. nasy.: 30.81 g; Węglowodany ogółem: 303.87 g; W tym cukry: 61.93 g; Błonnik pok.: 19.80 g; Sól: 2.63 g;	Wartość energetyczna: 2561.27 kcal; Białko ogółem: 98.82 g; Tłuszcz: 80.15 g; Kw. tł. nasy.: 38.56 g; Węglowodany ogółem: 372.71 g; W tym cukry: 93.39 g; Błonnik pok.: 26.59 g; Sól: 6.59 g;	Wartość energetyczna: 2896.86 kcal; Białko ogółem: 129.54 g; Tłuszcz: 88.04 g; Kw. tł. nasy.: 43.72 g; Węglowodany ogółem: 411.83 g; W tym cukry: 109.28 g; Błonnik pok.: 31.76 g; Sól: 9.37 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 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	
2024-06-22 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Chleb Graham 70 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane, wędz. parz w osłonce niejadalnej) 140 g (<u>GLU PSZ</u>) Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Salata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, 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>) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, 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>) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płatki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, 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>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Serek homo. o smaku naturalnym z zieleni 100 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, 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>) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płatki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</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>) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sok pomidorowy 200 ml
		IN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)								Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	
2024-06-22 sobota	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Salatka z buraczków i jabłka 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>) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Salatka z buraczków i jabłka 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>) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (<u>GLU PSZ</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>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (<u>GLU PSZ</u>) 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	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (<u>GLU PSZ</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>) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (<u>SEL.</u>) Ryz na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (<u>JAJ.</u>) Gulasz sojowy z warzywami * 200 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
		PD	Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (<u>MLE</u>)								Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (<u>MLE</u>)	
2024-06-22 sobota	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Selerowa z makaronem () 400 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - selerowa 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, SEL.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) 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 pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) 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>) 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>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sok pomidorowy 200 ml
		PN	Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (<u>MLE</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) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</u>) Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (<u>MLE</u>)		Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (<u>MLE</u>)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</u>) Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (<u>MLE</u>)	
		Wartość energetyczna: 2776.84 kcal; Białko ogółem: 111.12 g; Tłuszcz: 101.26 g; Kw. tł. nasy.: 42.53 g; Węglowodany ogółem: 364.14 g; W tym cukry: 91.94 g; Błonnik pok.: 30.59 g; Sól: 12.02 g;	Wartość energetyczna: 2518.03 kcal; Białko ogółem: 100.40 g; Tłuszcz: 79.31 g; Kw. tł. nasy.: 34.86 g; Węglowodany ogółem: 361.10 g; W tym cukry: 87.74 g; Błonnik pok.: 27.72 g; Sól: 8.80 g;	Wartość energetyczna: 2545.66 kcal; Białko ogółem: 101.11 g; Tłuszcz: 68.99 g; Kw. tł. nasy.: 37.42 g; Węglowodany ogółem: 388.01 g; W tym cukry: 114.83 g; Błonnik pok.: 26.38 g; Sól: 9.11 g;	Wartość energetyczna: 2689.67 kcal; Białko ogółem: 108.20 g; Tłuszcz: 75.21 g; Kw. tł. nasy.: 37.42 g; Węglowodany ogółem: 407.80 g; W tym cukry: 110.57 g; Błonnik pok.: 30.21 g; Sól: 9.22 g;	Wartość energetyczna: 2462.59 kcal; Białko ogółem: 125.67 g; Tłuszcz: 122.18 g; Kw. tł. nasy.: 32.03 g; Węglowodany ogółem: 225.04 g; W tym cukry: 103.77 g; Błonnik pok.: 20.61 g; Sól: 5.02 g;	Wartość energetyczna: 2459.35 kcal; Białko ogółem: 112.77 g; Tłuszcz: 88.16 g; Kw. tł. nasy.: 37.79 g; Węglowodany ogółem: 371.47 g; W tym cukry: 67.76 g; Błonnik pok.: 34.01 g; Sól: 9.85 g;	Wartość energetyczna: 2535.22 kcal; Białko ogółem: 108.73 g; Tłuszcz: 71.98 g; Kw. tł. nasy.: 36.65 g; Węglowodany ogółem: 371.47 g; W tym cukry: 81.52 g; Błonnik pok.: 28.87 g; Sól: 11.74 g;	Wartość energetyczna: 2548.14 kcal; Białko ogółem: 102.08 g; Tłuszcz: 80.74 g; Kw. tł. nasy.: 39.91 g; Węglowodany ogółem: 358.61 g; W tym cukry: 86.87 g; Błonnik pok.: 36.87 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2072.21 kcal; Białko ogółem: 64.78 g; Tłuszcz: 73.51 g; Kw. tł. nasy.: 27.43 g; Węglowodany ogółem: 291.93 g; W tym cukry: 60.47 g; Błonnik pok.: 16.36 g; Sól: 4.35 g;	Wartość energetyczna: 2876.65 kcal; Białko ogółem: 96.61 g; Tłuszcz: 79.59 g; Kw. tł. nasy.: 41.50 g; Węglowodany ogółem: 374.83 g; W tym cukry: 114.80 g; Błonnik pok.: 25.41 g; Sól: 8.77 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 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.) 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 z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sałata 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) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g	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) Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek żółty 50 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g
II ŚN							Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml				Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
Obiad	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JA.J.) Mizeria 200 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Warzywa po grecku () b/c 200 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany -zmielony 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Warzywa po grecku () b/c 200 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - pomidorowa z makaronem () RYD 700 g (GLU PSZ, JA.J, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Mizeria 100 g (MLE) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Mizeria 200 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Falafele klopsiki z ciecierzycy 100 g (GLU PSZ, SEL.) Mizeria 200 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaki gotowane () 200 g Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL.) Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
PD							Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE)				Mleko UHT 200ml, 3,5%tł 1 Por (MLE)
Kolacja	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g 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 pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 pomidorowy 200 ml	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 pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (JA.J, 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 Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (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 Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 pomidorowy 200 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 pomidorowy 200 ml
PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanaпка z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanaпка 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 (może zawierać: MLE.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanaпка z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanaпка z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanaпка z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.)
	Wartość energetyczna: 2281.27 kcal; Białko ogółem: 89.95 g; Tłuszcz: 84.46 g; Kw. tł. nasy.: 41.38 g; Węglowodany ogółem: 299.62 g; W tym cukry: 58.69 g; Błonnik pok.: 22.33 g; Sól: 7.17 g;	Wartość energetyczna: 2005.28 kcal; Białko ogółem: 100.19 g; Tłuszcz: 56.13 g; Kw. tł. nasy.: 29.57 g; Węglowodany ogółem: 277.78 g; W tym cukry: 51.68 g; Błonnik pok.: 16.65 g; Sól: 6.03 g;	Wartość energetyczna: 2135.86 kcal; Białko ogółem: 98.41 g; Tłuszcz: 59.77 g; Kw. tł. nasy.: 30.12 g; Węglowodany ogółem: 312.19 g; W tym cukry: 62.58 g; Błonnik pok.: 27.32 g; Sól: 7.25 g;	Wartość energetyczna: 2545.16 kcal; Białko ogółem: 118.21 g; Tłuszcz: 66.47 g; Kw. tł. nasy.: 33.72 g; Węglowodany ogółem: 380.76 g; W tym cukry: 82.53 g; Błonnik pok.: 28.87 g; Sól: 7.34 g;	Wartość energetyczna: 2465.95 kcal; Białko ogółem: 123.46 g; Tłuszcz: 114.57 g; Kw. tł. nasy.: 27.35 g; Węglowodany ogółem: 240.94 g; W tym cukry: 91.79 g; Błonnik pok.: 18.01 g; Sól: 3.88 g;	Wartość energetyczna: 2235.30 kcal; Białko ogółem: 120.26 g; Tłuszcz: 77.22 g; Kw. tł. nasy.: 45.35 g; Węglowodany ogółem: 276.36 g; W tym cukry: 33.72 g; Błonnik pok.: 30.15 g; Sól: 8.26 g;	Wartość energetyczna: 2334.21 kcal; Białko ogółem: 113.73 g; Tłuszcz: 66.59 g; Kw. tł. nasy.: 35.21 g; Węglowodany ogółem: 331.90 g; W tym cukry: 39.45 g; Błonnik pok.: 33.07 g; Sól: 9.51 g;	Wartość energetyczna: 2183.02 kcal; Białko ogółem: 73.64 g; Tłuszcz: 81.23 g; Kw. tł. nasy.: 40.91 g; Węglowodany ogółem: 300.56 g; W tym cukry: 58.01 g; Błonnik pok.: 18.61 g; Sól: 5.67 g;	Wartość energetyczna: 1830.54 kcal; Białko ogółem: 78.73 g; Tłuszcz: 57.66 g; Kw. tł. nasy.: 26.59 g; Węglowodany ogółem: 247.43 g; W tym cukry: 42.88 g; Błonnik pok.: 11.41 g; Sól: 3.10 g;	Wartość energetyczna: 2166.73 kcal; Białko ogółem: 99.24 g; Tłuszcz: 69.00 g; Kw. tł. nasy.: 40.02 g; Węglowodany ogółem: 292.28 g; W tym cukry: 51.47 g; Błonnik pok.: 18.81 g; Sól: 7.98 g;	Wartość energetyczna: 2403.08 kcal; Białko ogółem: 114.36 g; Tłuszcz: 78.82 g; Kw. tł. nasy.: 47.13 g; Węglowodany ogółem: 315.99 g; W tym cukry: 29.54 g; Błonnik pok.: 24.56 g; Sól: 10.25 g;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten 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,