

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-08-04 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 jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb Graham 70 g (GLU, PSZ, GLU, JECZ.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, JECZ.) 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 mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU, JECZ.) Sałata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, JECZ.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, JECZ.) 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 mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU, JECZ.) Sałata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, JECZ.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, JECZ.) 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 mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU, JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, 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, JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Płynna odtwycza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU, JECZ.) Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, 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 mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU, JECZ.) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, JECZ.) 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 mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU, JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, JECZ.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, JECZ.) Masło 83% tł. 20 g (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) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonice niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, JECZ.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, JECZ.) 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 mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU, JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, JECZ.) 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 mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU, JECZ.) Jabłko pieczone 150 g
II SN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)									Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)	
Obiad	Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą () 200 g (GLU, PSZ, SEL) Surówka z pora i jabłka () 200 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (GLU, PSZ, SOJ, SEL) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU, PSZ, JAJ, SEL) Sos koperkowy () 100 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odtwycza - brokułowa z ryżem () RYD 700 g (JAJ, SEL) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą () 200 g (GLU, PSZ, SEL) Surówka z pora i jabłka () 100 g (MLE) Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU, PSZ, JAJ, SEL) Sos koperkowy () 100 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL) Surówka z pora i jabłka () 100 g (MLE) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* (bez glutenu) 200 g (SOJ, SEL) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (GLU, PSZ, SEL) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (GLU, PSZ, SEL) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (GLU, PSZ, SEL) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (GLU, PSZ, SEL) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml									Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	
Kolacja	Roszonka 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, JECZ.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, JECZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Szpót w sosie pomidorowym 50 g (RYB, SEL) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	Roszonka 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, JECZ.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, JECZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, JECZ.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, JECZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarózek 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarózek 100 g (MLE) Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odtwycza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (GLU, PSZ, JAJ, SEL) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Roszonka 10 g Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Szpót w sosie pomidorowym 50 g (RYB, SEL) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 90 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, JECZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarózek 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Roszonka 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, JECZ.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, JECZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarózek 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	Roszonka 10 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, JECZ.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, JECZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, JECZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (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, JECZ.) 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, JECZ.) 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) 1 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU, JECZ.) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	
	Wartość energetyczna: 2282,92 kcal; Białko ogółem: 88,28 g; Tłuszcz: 71,17 g; Kw. tł. nasy.: 36,30 g; Węglowodany ogółem: 334,90 g; W tym cukry: 83,82 g; Błonnik pok.: 34,08 g; Sól: 7,68 g;	Wartość energetyczna: 2222,29 kcal; Białko ogółem: 83,22 g; Tłuszcz: 72,67 g; Kw. tł. nasy.: 34,78 g; Węglowodany ogółem: 320,52 g; W tym cukry: 90,01 g; Błonnik pok.: 31,58 g; Sól: 8,33 g;	Wartość energetyczna: 2332,14 kcal; Białko ogółem: 96,09 g; Tłuszcz: 74,27 g; Kw. tł. nasy.: 36,01 g; Węglowodany ogółem: 331,67 g; W tym cukry: 98,02 g; Błonnik pok.: 30,73 g; Sól: 8,89 g;	Wartość energetyczna: 2441,54 kcal; Białko ogółem: 103,03 g; Tłuszcz: 74,10 g; Kw. tł. nasy.: 35,60 g; Węglowodany ogółem: 353,61 g; W tym cukry: 102,29 g; Błonnik pok.: 31,95 g; Sól: 8,62 g;	Wartość energetyczna: 2520,86 kcal; Białko ogółem: 127,89 g; Tłuszcz: 117,74 g; Kw. tł. nasy.: 28,24 g; Węglowodany ogółem: 247,48 g; W tym cukry: 96,98 g; Błonnik pok.: 26,62 g; Sól: 4,94 g;	Wartość energetyczna: 2194,15 kcal; Białko ogółem: 88,54 g; Tłuszcz: 70,82 g; Kw. tł. nasy.: 35,95 g; Węglowodany ogółem: 316,52 g; W tym cukry: 75,94 g; Błonnik pok.: 39,54 g; Sól: 8,29 g;	Wartość energetyczna: 2343,75 kcal; Białko ogółem: 94,52 g; Tłuszcz: 72,53 g; Kw. tł. nasy.: 36,28 g; Węglowodany ogółem: 339,90 g; W tym cukry: 86,54 g; Błonnik pok.: 31,19 g; Sól: 10,35 g;	Wartość energetyczna: 2370,57 kcal; Białko ogółem: 90,11 g; Tłuszcz: 81,86 g; Kw. tł. nasy.: 44,90 g; Węglowodany ogółem: 330,77 g; W tym cukry: 85,43 g; Błonnik pok.: 31,74 g; Sól: 7,12 g;	Wartość energetyczna: 1746,64 kcal; Białko ogółem: 49,42 g; Tłuszcz: 65,87 g; Kw. tł. nasy.: 27,65 g; Węglowodany ogółem: 244,69 g; W tym cukry: 64,79 g; Błonnik pok.: 23,12 g; Sól: 4,09 g;	Wartość energetyczna: 2362,75 kcal; Białko ogółem: 101,93 g; Tłuszcz: 84,00 g; Kw. tł. nasy.: 42,20 g; Węglowodany ogółem: 335,23 g; W tym cukry: 100,71 g; Błonnik pok.: 33,98 g; Sól: 10,09 g;	Wartość energetyczna: 2693,25 kcal; Białko ogółem: 101,93 g; Tłuszcz: 92,28 g; Kw. tł. nasy.: 44,89 g; Węglowodany ogółem: 379,34 g; W tym cukry: 99,57 g; Błonnik pok.: 37,39 g; Sól: 12,21 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-08-04 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	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb Graham 70 g (GLU PSZ), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkami surowców wiewprzowych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.), Ogórek świeży 80 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Sałata lodowa 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb miewszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g, Sałata lodowa 20 g, Kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb miewszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Sok pomidorowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE), Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE), Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Sałata lodowa 20 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g, Ogórek świeży 80 g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Sałata lodowa 20 g	Chleb miewszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Sok pomidorowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb miewszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g, Sałata lodowa 20 g, Herbatą czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g, Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g, Sałata lodowa 20 g, Herbatą czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb miewszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkami surowców wiewprzowych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.), Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Sok pomidorowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb miewszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkami surowców wiewprzowych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.), Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Sok pomidorowy 200 ml
II ŚN	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE)											
Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SEL), Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ), Szyunka wiewprzowa pieczona 100 g, Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SEL), Makaron 200 g (GLU PSZ), Szyunka wiewprzowa gotowana 100 g, Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SEL), Makaron 200 g (GLU PSZ), Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Mięso wiewprzowe (szyunka) mielone 100 g (GLU PSZ), Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - solferino () RYD 700 g (JAJ, SEL, SEL), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SEL), Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ), Szyunka wiewprzowa gotowana 100 g, Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SEL), Makaron 200 g (GLU PSZ), Szyunka wiewprzowa gotowana 100 g, Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SEL), Makaron z warzywami i serem żółtym* 350 g (GLU PSZ, MLE), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SEL), Makaron bezglutenowy 200 g, Szyunka wiewprzowa gotowana 100 g, Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (MLE), Dynia duszona z olejem* (bez glutenu) 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SEL), Makaron z warzywami i serem żółtym* 350 g (GLU PSZ, MLE), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SEL), Makaron bezglutenowy 200 g, Szyunka wiewprzowa gotowana 100 g, Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (MLE), Dynia duszona z olejem* (bez glutenu) 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SEL), Makaron 200 g (GLU PSZ), Szyunka wiewprzowa gotowana 100 g, Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE)
PD	Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (GLU PSZ, MLE)											
Kolacja	Chleb miewszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunka piastowska-wędzonka wiewprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną, 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.), Pomidor 80 g, Herbatą czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Sałata zielona 20 g	Chleb miewszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunka piastowska-wędzonka wiewprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną, 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.), Herbatą czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunka piastowska-wędzonka wiewprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną, 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.), Herbatą czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (JAJ, SEL, SEL), Herbatą czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunka piastowska-wędzonka wiewprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną, 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.), Pomidor 80 g, Herbatą czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Sałata zielona 20 g	Chleb miewszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunka piastowska-wędzonka wiewprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną, 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.), Herbatą czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Chleb miewszany 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, Herbatą czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g, Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Pomidor 80 g, Herbatą czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Sałata zielona 20 g	Chleb miewszany 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, Herbatą czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Sałata zielona 20 g	Chleb miewszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunka piastowska-wędzonka wiewprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną, 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.), Herbatą czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Chleb miewszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunka piastowska-wędzonka wiewprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną, 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.), Herbatą czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (GLU PSZ, MLE)
PN	Rogal maślany 50g, 1 szt (GLU PSZ, JAJ, 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)	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 miewszany 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 miewszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.), Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Rogal maślany 50g, 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE), Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Rogal maślany 50g, 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE), Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Rogal maślany 50g, 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE), Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb miewszany 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: 2692.69 kcal; Białko ogółem: 123.87 g; Tłuszcz: 90.08 g; Kw. tł. nasy.: 41.95 g; Węglowodany ogółem: 352.14 g; W tym cukry: 66.56 g; Błonnik pok.: 27.58 g; Sól: 8.02 g;	Wartość energetyczna: 2640.17 kcal; Białko ogółem: 117.67 g; Tłuszcz: 80.27 g; Kw. tł. nasy.: 39.56 g; Węglowodany ogółem: 366.29 g; W tym cukry: 72.85 g; Błonnik pok.: 21.16 g; Sól: 8.09 g;	Wartość energetyczna: 2708.45 kcal; Białko ogółem: 117.52 g; Tłuszcz: 80.46 g; Kw. tł. nasy.: 39.55 g; Węglowodany ogółem: 380.71 g; W tym cukry: 85.81 g; Błonnik pok.: 21.08 g; Sól: 9.01 g;	Wartość energetyczna: 3061.39 kcal; Białko ogółem: 127.78 g; Tłuszcz: 90.49 g; Kw. tł. nasy.: 39.88 g; Węglowodany ogółem: 438.72 g; W tym cukry: 90.02 g; Błonnik pok.: 24.85 g; Sól: 8.88 g;	Wartość energetyczna: 2479.59 kcal; Białko ogółem: 122.08 g; Tłuszcz: 122.77 g; Kw. tł. nasy.: 32.16 g; Węglowodany ogółem: 226.61 g; W tym cukry: 108.41 g; Błonnik pok.: 21.92 g; Sól: 4.40 g;	Wartość energetyczna: 2358.57 kcal; Białko ogółem: 122.08 g; Tłuszcz: 80.04 g; Kw. tł. nasy.: 41.04 g; Węglowodany ogółem: 295.58 g; W tym cukry: 61.71 g; Błonnik pok.: 32.72 g; Sól: 8.63 g;	Wartość energetyczna: 2544.76 kcal; Białko ogółem: 115.93 g; Tłuszcz: 102.16 g; Kw. tł. nasy.: 41.00 g; Węglowodany ogółem: 347.60 g; W tym cukry: 78.44 g; Błonnik pok.: 23.51 g; Sól: 10.32 g;	Wartość energetyczna: 2692.91 kcal; Białko ogółem: 88.53 g; Tłuszcz: 102.16 g; Kw. tł. nasy.: 52.27 g; Węglowodany ogółem: 364.84 g; W tym cukry: 67.52 g; Błonnik pok.: 23.99 g; Sól: 5.14 g;	Wartość energetyczna: 1967.56 kcal; Białko ogółem: 73.69 g; Tłuszcz: 71.71 g; Kw. tł. nasy.: 31.96 g; Węglowodany ogółem: 258.25 g; W tym cukry: 47.42 g; Błonnik pok.: 15.30 g; Sól: 4.57 g;	Wartość energetyczna: 2805.95 kcal; Białko ogółem: 121.47 g; Tłuszcz: 88.08 g; Kw. tł. nasy.: 41.82 g; Węglowodany ogółem: 383.56 g; W tym cukry: 86.09 g; Błonnik pok.: 21.36 g; Sól: 8.70 g;	Wartość energetyczna: 2952.00 kcal; Białko ogółem: 134.39 g; Tłuszcz: 93.51 g; Kw. tł. nasy.: 47.30 g; Węglowodany ogółem: 397.51 g; W tym cukry: 96.68 g; Błonnik pok.: 24.56 g; Sól: 10.42 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwostrawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Vegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Jabłko 150 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Salata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU OW.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml
II SN						Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko pieczone 150 g
Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Kotlet mielony drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (GLU PSZ.) Mizeria 100 g (MLE)	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziapiekanka z ziemników i warzyw () 350 g (JAJ, MLE, SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziapiekanka z ziemników i warzyw () 350 g (JAJ, MLE, SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziapiekanka z ziemników i warzyw () 350 g (JAJ, MLE, SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 100 g (JAJ.) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 100 ml (SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez glutenu) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez glutenu) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy (bez glutenu) 100 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez glutenu) 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)
Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata lodowa 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
PN		Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt				Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
	Wartość energetyczna: 2830.04 kcal; Białko ogółem: 110.98 g; Tłuszcz: 101.37 g; Kw. tł. nasy.: 44.45 g; Węglowodany ogółem: 385.25 g; W tym cukry: 98.84 g; Błonnik pok.: 32.91 g; Sól: 8.10 g;	Wartość energetyczna: 2254.76 kcal; Białko ogółem: 96.64 g; Tłuszcz: 63.55 g; Kw. tł. nasy.: 32.70 g; Węglowodany ogółem: 337.22 g; W tym cukry: 97.98 g; Błonnik pok.: 24.83 g; Sól: 6.97 g;	Wartość energetyczna: 2249.54 kcal; Białko ogółem: 97.70 g; Tłuszcz: 63.07 g; Kw. tł. nasy.: 32.67 g; Węglowodany ogółem: 332.34 g; W tym cukry: 85.62 g; Błonnik pok.: 25.16 g; Sól: 7.90 g;	Wartość energetyczna: 2380.89 kcal; Białko ogółem: 103.58 g; Tłuszcz: 62.70 g; Kw. tł. nasy.: 32.24 g; Węglowodany ogółem: 361.06 g; W tym cukry: 89.21 g; Błonnik pok.: 25.94 g; Sól: 7.62 g;	Wartość energetyczna: 2534.91 kcal; Białko ogółem: 124.85 g; Tłuszcz: 120.20 g; Kw. tł. nasy.: 28.55 g; Węglowodany ogółem: 250.12 g; W tym cukry: 110.92 g; Błonnik pok.: 22.40 g; Sól: 4.26 g;	Wartość energetyczna: 2372.99 kcal; Białko ogółem: 104.61 g; Tłuszcz: 79.87 g; Kw. tł. nasy.: 43.17 g; Węglowodany ogółem: 328.54 g; W tym cukry: 81.76 g; Błonnik pok.: 35.10 g; Sól: 8.10 g;	Wartość energetyczna: 2203.67 kcal; Białko ogółem: 91.84 g; Tłuszcz: 59.20 g; Kw. tł. nasy.: 31.83 g; Węglowodany ogółem: 336.64 g; W tym cukry: 81.76 g; Błonnik pok.: 28.47 g; Sól: 9.02 g;	Wartość energetyczna: 2516.29 kcal; Białko ogółem: 94.51 g; Tłuszcz: 83.89 g; Kw. tł. nasy.: 41.56 g; Węglowodany ogółem: 363.33 g; W tym cukry: 108.70 g; Błonnik pok.: 34.87 g; Sól: 5.49 g;	Wartość energetyczna: 1832.31 kcal; Białko ogółem: 65.47 g; Tłuszcz: 59.27 g; Kw. tł. nasy.: 25.98 g; Węglowodany ogółem: 265.54 g; W tym cukry: 373.18 g; Błonnik pok.: 16.90 g; Sól: 3.66 g;	Wartość energetyczna: 2249.54 kcal; Białko ogółem: 97.70 g; Tłuszcz: 63.07 g; Kw. tł. nasy.: 32.67 g; Węglowodany ogółem: 332.34 g; W tym cukry: 85.62 g; Błonnik pok.: 25.16 g; Sól: 7.90 g;	Wartość energetyczna: 2497.88 kcal; Białko ogółem: 106.76 g; Tłuszcz: 68.08 g; Kw. tł. nasy.: 36.19 g; Węglowodany ogółem: 376.23 g; W tym cukry: 100.38 g; Błonnik pok.: 30.59 g; Sól: 9.40 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-08-04 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	
2024-07-25 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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>) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Sok marchwiowy 200 ml	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE,</u>) Sok marchwiowy 200 ml	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Ogórek świeży 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>) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE,</u>) Ser topiony 50 g (<u>MLE,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Sok marchwiowy 200 ml	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE,</u>) Ser topiony 50 g (<u>MLE,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Sok marchwiowy 200 ml
		Tłuszcz					Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Jabłko pieczone 150 g				Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)
2024-07-25 czwartek	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Leczo z kukini z kielbasą 200 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemiacczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Leczo z drobiem-dieta () 200 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (<u>JAJ, SEL,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Leczo z drobiem-dieta () 200 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemiacczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Leczo z drobiem-dieta () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>) Ryż na sypko 200 g Leczo warzywno-ziemniaczane 200 g Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemiacczana (bez glutenu) () 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Leczo z drobiem-dieta () 200 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>) Ryż na sypko 200 g Leczo z drobiem-dieta () 200 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>) Ryż na sypko 200 g Leczo z drobiem-dieta () 200 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
		PD					Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
2024-07-25 czwartek	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>) Szynka soltysa wieprzowa,wędzona ,parzona 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>) Szynka soltysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE,</u>) Szynka soltysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE,</u>) Szynka soltysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE,</u>) Szynka soltysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE,</u>) Hummus 100 g (<u>SEZ,</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE,</u>) Szynka soltysa wieprzowa,wędzona ,parzona 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>) Szynka soltysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE,</u>) Szynka soltysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	
		PN		Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE,</u>)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE,</u>)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,</u>) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE,</u>)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE,</u>)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,</u>) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE,</u>)
		Wartość energetyczna: 2693.91 kcal; Białko ogółem: 90.62 g; Tłuszcz: 103.11 g; Kw. tł. nasy.: 40.79 g; Węglowodany ogółem: 359.05 g; W tym cukry: 82.09 g; Błonnik pok.: 31.50 g; Sól: 6.99 g;	Wartość energetyczna: 2384.52 kcal; Białko ogółem: 98.03 g; Tłuszcz: 66.65 g; Kw. tł. nasy.: 34.51 g; Węglowodany ogółem: 357.10 g; W tym cukry: 76.67 g; Błonnik pok.: 24.28 g; Sól: 6.40 g;	Wartość energetyczna: 2466.30 kcal; Białko ogółem: 97.05 g; Tłuszcz: 66.69 g; Kw. tł. nasy.: 34.39 g; Węglowodany ogółem: 377.14 g; W tym cukry: 95.87 g; Błonnik pok.: 26.20 g; Sól: 6.43 g;	Wartość energetyczna: 2575.70 kcal; Białko ogółem: 103.99 g; Tłuszcz: 66.52 g; Kw. tł. nasy.: 33.98 g; Węglowodany ogółem: 399.08 g; W tym cukry: 100.14 g; Błonnik pok.: 27.42 g; Sól: 6.16 g;	Wartość energetyczna: 2505.34 kcal; Białko ogółem: 126.18 g; Tłuszcz: 117.30 g; Kw. tł. nasy.: 28.07 g; Węglowodany ogółem: 244.35 g; W tym cukry: 109.30 g; Błonnik pok.: 21.10 g; Sól: 4.19 g;	Wartość energetyczna: 2170.19 kcal; Białko ogółem: 89.82 g; Tłuszcz: 71.70 g; Kw. tł. nasy.: 32.93 g; Węglowodany ogółem: 301.95 g; W tym cukry: 45.51 g; Błonnik pok.: 36.41 g; Sól: 6.18 g;	Wartość energetyczna: 2363.21 kcal; Białko ogółem: 81.48 g; Tłuszcz: 69.91 g; Kw. tł. nasy.: 31.98 g; Węglowodany ogółem: 364.91 g; W tym cukry: 84.22 g; Błonnik pok.: 36.83 g; Sól: 7.74 g;	Wartość energetyczna: 2791.21 kcal; Białko ogółem: 81.80 g; Tłuszcz: 113.41 g; Kw. tł. nasy.: 38.39 g; Węglowodany ogółem: 366.06 g; W tym cukry: 82.54 g; Błonnik pok.: 24.48 g; Sól: 6.41 g;	Wartość energetyczna: 1906.54 kcal; Białko ogółem: 62.47 g; Tłuszcz: 60.59 g; Kw. tł. nasy.: 27.35 g; Węglowodany ogółem: 281.67 g; W tym cukry: 51.65 g; Błonnik pok.: 17.95 g; Sól: 3.08 g;	Wartość energetyczna: 2486.32 kcal; Białko ogółem: 87.09 g; Tłuszcz: 76.03 g; Kw. tł. nasy.: 40.62 g; Węglowodany ogółem: 371.04 g; W tym cukry: 93.52 g; Błonnik pok.: 26.70 g; Sól: 7.43 g;	Wartość energetyczna: 2578.09 kcal; Białko ogółem: 91.28 g; Tłuszcz: 77.35 g; Kw. tł. nasy.: 41.69 g; Węglowodany ogółem: 387.37 g; W tym cukry: 75.37 g; Błonnik pok.: 29.09 g; Sól: 8.69 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-08-04 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, MLE.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Dżem brzoskwinowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Arbuz 150 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Dżem brzoskwinowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko 150 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Dżem brzoskwinowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Dżem brzoskwinowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z zieleni 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Dżem brzoskwinowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko 150 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Dżem brzoskwinowy 60 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko 150 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g
Tł.SN						Arbuz 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)				Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)
Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczyk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Salatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczyk) 100 g (RYB.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczyk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - dyniowa z makaronem () RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczyk) 100 g (RYB.) Salatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczyk) 100 g (RYB.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kotlety gryczane z cebulką i twarogiem 350 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Salatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczyk) 100 g (RYB.) Szpinak gotowany z olejem. (bez glutenu)* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczyk) 100 g (RYB.) Szpinak gotowany z olejem. (bez glutenu)* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczyk) 100 g (RYB.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD							Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE.)				Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE.)
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	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piaśtowska-wędzonka wieprzowa,wędziona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) 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 (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) 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.) Szynka Piaśtowska-wędzonka wieprzowa,wędziona,parzona 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	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Salata zielona 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
PN		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)				Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)
	Wartość energetyczna: 2592,05 kcal; Białko ogółem: 107,26 g; Tłuszcz: 89,30 g; Kw. tł. nasy.: 38,87 g; Węglowodany ogółem: 351,31 g; W tym cukry: 97,67 g; Błonnik pok.: 25,97 g; Sól: 6,24 g;	Wartość energetyczna: 2344,84 kcal; Białko ogółem: 103,69 g; Tłuszcz: 78,92 g; Kw. tł. nasy.: 38,02 g; Węglowodany ogółem: 314,43 g; W tym cukry: 76,61 g; Błonnik pok.: 21,79 g; Sól: 6,20 g;	Wartość energetyczna: 2346,81 kcal; Białko ogółem: 107,81 g; Tłuszcz: 75,63 g; Kw. tł. nasy.: 37,11 g; Węglowodany ogółem: 318,64 g; W tym cukry: 79,65 g; Błonnik pok.: 22,95 g; Sól: 8,56 g;	Wartość energetyczna: 2505,75 kcal; Białko ogółem: 109,24 g; Tłuszcz: 75,23 g; Kw. tł. nasy.: 36,71 g; Węglowodany ogółem: 358,86 g; W tym cukry: 83,25 g; Błonnik pok.: 23,89 g; Sól: 8,46 g;	Wartość energetyczna: 2602,65 kcal; Białko ogółem: 131,00 g; Tłuszcz: 124,44 g; Kw. tł. nasy.: 32,73 g; Węglowodany ogółem: 249,78 g; W tym cukry: 108,95 g; Błonnik pok.: 23,58 g; Sól: 5,19 g;	Wartość energetyczna: 2286,40 kcal; Białko ogółem: 112,45 g; Tłuszcz: 89,52 g; Kw. tł. nasy.: 47,09 g; Węglowodany ogółem: 272,38 g; W tym cukry: 74,66 g; Błonnik pok.: 27,40 g; Sól: 6,88 g;	Wartość energetyczna: 2282,97 kcal; Białko ogółem: 114,94 g; Tłuszcz: 76,35 g; Kw. tł. nasy.: 38,06 g; Węglowodany ogółem: 292,82 g; W tym cukry: 67,80 g; Błonnik pok.: 21,91 g; Sól: 9,43 g;	Wartość energetyczna: 2282,97 kcal; Białko ogółem: 94,52 g; Tłuszcz: 97,13 g; Kw. tł. nasy.: 40,77 g; Węglowodany ogółem: 368,09 g; W tym cukry: 92,26 g; Błonnik pok.: 29,13 g; Sól: 5,42 g;	Wartość energetyczna: 1898,88 kcal; Białko ogółem: 68,24 g; Tłuszcz: 72,86 g; Kw. tł. nasy.: 30,81 g; Węglowodany ogółem: 246,03 g; W tym cukry: 49,96 g; Błonnik pok.: 13,59 g; Sól: 2,41 g;	Wartość energetyczna: 2360,02 kcal; Białko ogółem: 104,14 g; Tłuszcz: 79,10 g; Kw. tł. nasy.: 38,07 g; Węglowodany ogółem: 317,68 g; W tym cukry: 79,11 g; Błonnik pok.: 22,57 g; Sól: 7,15 g;	Wartość energetyczna: 2715,26 kcal; Białko ogółem: 133,49 g; Tłuszcz: 102,05 g; Kw. tł. nasy.: 51,37 g; Węglowodany ogółem: 327,67 g; W tym cukry: 79,31 g; Błonnik pok.: 25,00 g; Sól: 9,69 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-08-04 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	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) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane, wędz.parz w osłonce niejadalnej) 140 g (GLU PSZ) Musztarda 20 g (GOR.) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka 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. 50g (-może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka 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. 50g (-może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50g (-może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50g (-może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50g (-może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	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) Tofu 50 g (SOJ.) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wiewprzownych pieczoney 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wiewprzownych pieczoney 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	
II SN	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE)											
Obiad	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU PSZ, SEL.) Zrazik wołowy mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU PSZ, SEL.) Zrazik wołowy mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU PSZ, SEL.) Zrazik wołowy mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - selerowa z ziemniakami () RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU PSZ, SEL.) Zrazik wołowy mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU PSZ, SEL.) Zrazik wołowy mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kaszotto jęczmiennie z warzywami i soczewicą wegetariańskie () 350 g (SEL, GLU JECZ.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Gulasz wołowy (bez glutenu) 200 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU PSZ, SEL.) Zrazik wołowy mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jabłko pieczone 150 g		
PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml											
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka 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 Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (SEL.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Gryskowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (SEL.)	Płynna odżywcza - gryskowa () RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (SEL.)	Chleb 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) Rzodkiew biała 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) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (SEL.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (SEL.)	
PN	Przecier owocowo-warzynny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)											
	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE.) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)					Przecier owocowo-warzynny 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.) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)
	Wartość energetyczna: 2868.75 kcal; Białko ogółem: 114.00 g; Tłuszcz: 101.34 g; Kw. tł. nasy.: 42.35 g; Węglowodany ogółem: 389.29 g; W tym cukry: 80.71 g; Błonnik pok.: 35.46 g; Sól: 10.47 g;	Wartość energetyczna: 2519.67 kcal; Białko ogółem: 95.07 g; Tłuszcz: 80.64 g; Kw. tł. nasy.: 34.87 g; Węglowodany ogółem: 366.85 g; W tym cukry: 84.94 g; Błonnik pok.: 32.31 g; Sól: 8.05 g;	Wartość energetyczna: 2580.37 kcal; Białko ogółem: 94.07 g; Tłuszcz: 80.61 g; Kw. tł. nasy.: 34.83 g; Węglowodany ogółem: 382.41 g; W tym cukry: 100.60 g; Błonnik pok.: 30.85 g; Sól: 8.03 g;	Wartość energetyczna: 2610.21 kcal; Białko ogółem: 101.08 g; Tłuszcz: 69.05 g; Kw. tł. nasy.: 33.39 g; Węglowodany ogółem: 409.95 g; W tym cukry: 109.50 g; Błonnik pok.: 32.00 g; Sól: 7.78 g;	Wartość energetyczna: 2497.92 kcal; Białko ogółem: 122.44 g; Tłuszcz: 116.28 g; Kw. tł. nasy.: 27.80 g; Węglowodany ogółem: 249.98 g; W tym cukry: 110.62 g; Błonnik pok.: 24.12 g; Sól: 4.31 g;	Wartość energetyczna: 2372.84 kcal; Białko ogółem: 108.32 g; Tłuszcz: 78.45 g; Kw. tł. nasy.: 35.91 g; Węglowodany ogółem: 326.08 g; W tym cukry: 61.44 g; Błonnik pok.: 37.41 g; Sól: 9.52 g;	Wartość energetyczna: 2477.84 kcal; Białko ogółem: 97.62 g; Tłuszcz: 80.65 g; Kw. tł. nasy.: 36.16 g; Węglowodany ogółem: 353.01 g; W tym cukry: 69.64 g; Błonnik pok.: 34.83 g; Sól: 9.36 g;	Wartość energetyczna: 2527.66 kcal; Białko ogółem: 85.86 g; Tłuszcz: 83.13 g; Kw. tł. nasy.: 33.09 g; Węglowodany ogółem: 374.40 g; W tym cukry: 84.63 g; Błonnik pok.: 37.92 g; Sól: 5.23 g;	Wartość energetyczna: 2193.24 kcal; Białko ogółem: 74.76 g; Tłuszcz: 80.09 g; Kw. tł. nasy.: 28.99 g; Węglowodany ogółem: 300.31 g; W tym cukry: 60.37 g; Błonnik pok.: 23.23 g; Sól: 4.19 g;	Wartość energetyczna: 2637.74 kcal; Białko ogółem: 103.50 g; Tłuszcz: 79.87 g; Kw. tł. nasy.: 36.00 g; Węglowodany ogółem: 388.17 g; W tym cukry: 106.44 g; Błonnik pok.: 31.47 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 2807.21 kcal; Białko ogółem: 114.39 g; Tłuszcz: 83.41 g; Kw. tł. nasy.: 39.04 g; Węglowodany ogółem: 414.16 g; W tym cukry: 98.23 g; Błonnik pok.: 39.25 g; Sól: 8.38 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwostrawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Chleb Graham 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Salami kiełbasa wiewprzowo-wolowa drobno rozdrobniona surowo wędzona,dojrzewająca, wędzona. 50 g (<u>SOJ, SEL, GOR.</u>) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Szynka sołtysa wiewprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Szynka sołtysa wiewprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Szynka sołtysa wiewprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (<u>MLE, GLU OW.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Szynka sołtysa wiewprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Szynka sołtysa wiewprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Szynka sołtysa wiewprzowa,wędzona ,parzona 50 g Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Szynka sołtysa wiewprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Szynka sołtysa wiewprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g
Tł.SN							Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml				Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () 700 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Kotlety sojowe 100 g (<u>SOJ.</u>) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD							Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)				Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)
Kolejacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (<u>MLE</u>) Salata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE</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>) Twarożek 100 g (<u>MLE</u>) Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (<u>JAJ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE</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 ZYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE</u>) Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</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 pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
PN	Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)				Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.</u>) Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)		Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.</u>) Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)
	Wartość energetyczna: 2306.65 kcal; Białko ogółem: 105.98 g; Tłuszcz: 93.83 g; Kw. tł. nasy.: 42.07 g; Węglowodany ogółem: 268.73 g; W tym cukry: 66.85 g; Błonnik pok.: 24.30 g; Sól: 7.45 g;	Wartość energetyczna: 2074.01 kcal; Białko ogółem: 105.61 g; Tłuszcz: 75.51 g; Kw. tł. nasy.: 36.70 g; Węglowodany ogółem: 251.94 g; W tym cukry: 56.29 g; Błonnik pok.: 20.23 g; Sól: 6.69 g;	Wartość energetyczna: 1961.88 kcal; Białko ogółem: 84.89 g; Tłuszcz: 58.65 g; Kw. tł. nasy.: 31.96 g; Węglowodany ogółem: 282.96 g; W tym cukry: 60.79 g; Błonnik pok.: 25.65 g; Sól: 7.39 g;	Wartość energetyczna: 2409.97 kcal; Białko ogółem: 112.83 g; Tłuszcz: 69.98 g; Kw. tł. nasy.: 36.91 g; Węglowodany ogółem: 343.85 g; W tym cukry: 81.46 g; Błonnik pok.: 29.54 g; Sól: 7.54 g;	Wartość energetyczna: 2553.15 kcal; Białko ogółem: 126.73 g; Tłuszcz: 120.08 g; Kw. tł. nasy.: 28.52 g; Węglowodany ogółem: 250.12 g; W tym cukry: 109.32 g; Błonnik pok.: 22.44 g; Sól: 4.16 g;	Wartość energetyczna: 2251.75 kcal; Białko ogółem: 119.37 g; Tłuszcz: 82.72 g; Kw. tł. nasy.: 39.81 g; Węglowodany ogółem: 269.35 g; W tym cukry: 66.12 g; Błonnik pok.: 29.27 g; Sól: 7.51 g;	Wartość energetyczna: 2149.35 kcal; Białko ogółem: 93.03 g; Tłuszcz: 62.03 g; Kw. tł. nasy.: 34.82 g; Węglowodany ogółem: 314.81 g; W tym cukry: 65.93 g; Błonnik pok.: 28.06 g; Sól: 8.94 g;	Wartość energetyczna: 2065.68 kcal; Białko ogółem: 87.58 g; Tłuszcz: 70.76 g; Kw. tł. nasy.: 39.24 g; Węglowodany ogółem: 274.80 g; W tym cukry: 66.48 g; Błonnik pok.: 28.76 g; Sól: 6.52 g;	Wartość energetyczna: 1919.97 kcal; Białko ogółem: 84.10 g; Tłuszcz: 76.30 g; Kw. tł. nasy.: 33.63 g; Węglowodany ogółem: 226.25 g; W tym cukry: 47.63 g; Błonnik pok.: 14.77 g; Sól: 3.59 g;	Wartość energetyczna: 2163.42 kcal; Białko ogółem: 94.51 g; Tłuszcz: 84.48 g; Kw. tł. nasy.: 42.62 g; Węglowodany ogółem: 263.87 g; W tym cukry: 53.18 g; Błonnik pok.: 21.85 g; Sól: 8.46 g;	Wartość energetyczna: 2385.39 kcal; Białko ogółem: 111.36 g; Tłuszcz: 90.11 g; Kw. tł. nasy.: 43.69 g; Węglowodany ogółem: 290.91 g; W tym cukry: 52.02 g; Błonnik pok.: 24.27 g; Sól: 9.81 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-08-04 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	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Salata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb 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) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb 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) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb 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) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb 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) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	
Tł.SN	Kisiel o smaku malinowym b/c 200 ml										Kisiel o smaku malinowym b/c 200 ml	
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - barszcz czerwony z ziemniakami () RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 150 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) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 90 g Rukola 10 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) Pomidor 90 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 pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Jarzynowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 90 g Rukola 10 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) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) 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) Ser żółty 50 g (MLE) Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	
PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Wafle ryżowe 20 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb 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: 2483.09 kcal; Białko ogółem: 87.52 g; Tłuszcz: 81.14 g; Kw. tł. nasy.: 47.06 g; Węglowodany ogółem: 359.22 g; W tym cukry: 74.38 g; Błonnik pok.: 25.93 g; Sól: 7.19 g;	Wartość energetyczna: 2354.42 kcal; Białko ogółem: 85.27 g; Tłuszcz: 67.20 g; Kw. tł. nasy.: 36.84 g; Węglowodany ogółem: 360.13 g; W tym cukry: 74.58 g; Błonnik pok.: 19.26 g; Sól: 6.12 g;	Wartość energetyczna: 2398.71 kcal; Białko ogółem: 85.86 g; Tłuszcz: 67.14 g; Kw. tł. nasy.: 36.82 g; Węglowodany ogółem: 369.19 g; W tym cukry: 84.07 g; Błonnik pok.: 20.29 g; Sól: 7.29 g;	Wartość energetyczna: 2443.85 kcal; Białko ogółem: 91.37 g; Tłuszcz: 66.74 g; Kw. tł. nasy.: 36.38 g; Węglowodany ogółem: 377.47 g; W tym cukry: 88.34 g; Błonnik pok.: 21.51 g; Sól: 6.12 g;	Wartość energetyczna: 2571.78 kcal; Białko ogółem: 131.17 g; Tłuszcz: 123.23 g; Kw. tł. nasy.: 32.27 g; Węglowodany ogółem: 244.35 g; W tym cukry: 110.22 g; Błonnik pok.: 21.98 g; Sól: 4.46 g;	Wartość energetyczna: 2162.95 kcal; Białko ogółem: 84.10 g; Tłuszcz: 78.85 g; Kw. tł. nasy.: 46.40 g; Węglowodany ogółem: 291.34 g; W tym cukry: 46.17 g; Błonnik pok.: 30.73 g; Sól: 7.27 g;	Wartość energetyczna: 2175.31 kcal; Białko ogółem: 79.48 g; Tłuszcz: 64.64 g; Kw. tł. nasy.: 36.23 g; Węglowodany ogółem: 326.66 g; W tym cukry: 55.38 g; Błonnik pok.: 21.91 g; Sól: 8.34 g;	Wartość energetyczna: 2467.33 kcal; Białko ogółem: 81.14 g; Tłuszcz: 83.07 g; Kw. tł. nasy.: 47.86 g; Węglowodany ogółem: 357.61 g; W tym cukry: 73.27 g; Błonnik pok.: 18.55 g; Sól: 6.07 g;	Wartość energetyczna: 1929.22 kcal; Białko ogółem: 52.20 g; Tłuszcz: 62.09 g; Kw. tł. nasy.: 29.92 g; Węglowodany ogółem: 293.97 g; W tym cukry: 49.64 g; Błonnik pok.: 13.75 g; Sól: 2.38 g;	Wartość energetyczna: 2541.10 kcal; Białko ogółem: 82.17 g; Tłuszcz: 78.01 g; Kw. tł. nasy.: 45.94 g; Węglowodany ogółem: 386.05 g; W tym cukry: 83.32 g; Błonnik pok.: 22.25 g; Sól: 8.17 g;	Wartość energetyczna: 2538.84 kcal; Białko ogółem: 88.77 g; Tłuszcz: 82.33 g; Kw. tł. nasy.: 49.35 g; Węglowodany ogółem: 370.56 g; W tym cukry: 67.49 g; Błonnik pok.: 24.64 g; Sól: 9.56 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-08-04 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
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb Graham 70 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Rzodkiew biała 80 g Salata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Rzodkiew biała 80 g Salata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Tofu 50 g (<u>SOJ.</u>) Rzodkiew biała 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>) Salata lodowa 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
II SN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)							Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)			
Obiad	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos pietruszkowy () 100 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 200 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos pietruszkowy () 100 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Mięso drobiowe (filet z kurczaka) mielone 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos pietruszkowy () 100 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z zacierką () RYD 700 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos pietruszkowy () 100 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos pietruszkowy () 100 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos pietruszkowy () 100 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (<u>MLE</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos pietruszkowy () 100 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos pietruszkowy () 100 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos pietruszkowy () 100 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml							Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml			
Kolejacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Serek naturalny Bieluch 100 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Bułka pszenno-żytnia 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Serek naturalny Bieluch 100 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (<u>JAJ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Serek naturalny Bieluch 100 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g
PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (<u>GLU, PSZ, MLE, GLU, ŻYT.</u>) Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (<u>GLU, PSZ, MLE, GLU, ŻYT.</u>) Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (<u>GLU, PSZ, MLE, GLU, ŻYT.</u>) Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
	Wartość energetyczna: 2200,33 kcal; Białko ogółem: 104,18 g; Tłuszcz: 69,59 g; Kw. tł. nasy.: 33,67 g; Węglowodany ogółem: 301,70 g; W tym cukry: 61,47 g; Błonnik pok.: 29,99 g; Sól: 7,83 g;	Wartość energetyczna: 2167,71 kcal; Białko ogółem: 99,58 g; Tłuszcz: 67,64 g; Kw. tł. nasy.: 33,51 g; Węglowodany ogółem: 302,22 g; W tym cukry: 66,66 g; Błonnik pok.: 29,38 g; Sól: 7,45 g;	Wartość energetyczna: 2380,49 kcal; Białko ogółem: 107,12 g; Tłuszcz: 75,69 g; Kw. tł. nasy.: 37,46 g; Węglowodany ogółem: 328,18 g; W tym cukry: 75,77 g; Błonnik pok.: 32,47 g; Sól: 7,23 g;	Wartość energetyczna: 2595,76 kcal; Białko ogółem: 114,46 g; Tłuszcz: 83,21 g; Kw. tł. nasy.: 37,56 g; Węglowodany ogółem: 358,71 g; W tym cukry: 79,37 g; Błonnik pok.: 33,30 g; Sól: 7,04 g;	Wartość energetyczna: 2513,58 kcal; Białko ogółem: 127,28 g; Tłuszcz: 118,07 g; Kw. tł. nasy.: 28,33 g; Węglowodany ogółem: 245,15 g; W tym cukry: 96,00 g; Błonnik pok.: 25,75 g; Sól: 4,97 g;	Wartość energetyczna: 2009,43 kcal; Białko ogółem: 100,55 g; Tłuszcz: 64,71 g; Kw. tł. nasy.: 32,21 g; Węglowodany ogółem: 271,36 g; W tym cukry: 53,08 g; Błonnik pok.: 34,58 g; Sól: 7,37 g;	Wartość energetyczna: 2283,57 kcal; Białko ogółem: 101,03 g; Tłuszcz: 71,29 g; Kw. tł. nasy.: 36,11 g; Węglowodany ogółem: 319,35 g; W tym cukry: 64,27 g; Błonnik pok.: 31,94 g; Sól: 7,91 g;	Wartość energetyczna: 2409,15 kcal; Białko ogółem: 78,69 g; Tłuszcz: 96,59 g; Kw. tł. nasy.: 36,97 g; Węglowodany ogółem: 318,41 g; W tym cukry: 77,97 g; Błonnik pok.: 31,86 g; Sól: 6,70 g;	Wartość energetyczna: 1711,35 kcal; Białko ogółem: 63,51 g; Tłuszcz: 61,11 g; Kw. tł. nasy.: 26,23 g; Węglowodany ogółem: 232,84 g; W tym cukry: 41,32 g; Błonnik pok.: 21,03 g; Sól: 3,64 g;	Wartość energetyczna: 2259,99 kcal; Białko ogółem: 100,47 g; Tłuszcz: 67,79 g; Kw. tł. nasy.: 33,46 g; Węglowodany ogółem: 322,48 g; W tym cukry: 75,77 g; Błonnik pok.: 32,47 g; Sól: 7,41 g;	Wartość energetyczna: 2481,96 kcal; Białko ogółem: 117,31 g; Tłuszcz: 73,42 g; Kw. tł. nasy.: 34,53 g; Węglowodany ogółem: 349,53 g; W tym cukry: 74,61 g; Błonnik pok.: 34,89 g; Sól: 8,76 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-08-04 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 owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - Śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU OW.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Ogórek kiszony 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) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Pomidor 80 g Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Ser topiony 50 g (MLE) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Ser topiony 50 g (MLE) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml
Tł.SN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml										Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
Obiad	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska wpięrzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska wpięrzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska wpięrzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska wpięrzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryz z sypko 200 g Curry warzywne z ciecierzycą () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryz z sypko 200 g Curry warzywne z ciecierzycą () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 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 rzymska wpięrzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska wpięrzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD	Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE)										Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE)
Kolejnia	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Paprykarz szczeciński 100 g (RYB, SOJ.) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Polegwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Polegwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (SEL.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Polegwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (SEL.)	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Paprykarz szczeciński 100 g (RYB, SOJ.) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Polegwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (SEL.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Polegwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Polegwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (SEL.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Polegwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (SEL.)
PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE)	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)		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: 2813.90 kcal; Białko ogółem: 105.79 g; Tłuszcz: 112.54 g; Kw. tł. nasy.: 50.30 g; Węglowodany ogółem: 361.33 g; W tym cukry: 77.58 g; Błonnik pok.: 35.03 g; Sól: 10.33 g;	Wartość energetyczna: 2547.81 kcal; Białko ogółem: 105.98 g; Tłuszcz: 86.13 g; Kw. tł. nasy.: 40.09 g; Węglowodany ogółem: 345.47 g; W tym cukry: 68.02 g; Błonnik pok.: 24.46 g; Sól: 6.98 g;	Wartość energetyczna: 2636.79 kcal; Białko ogółem: 107.28 g; Tłuszcz: 91.48 g; Kw. tł. nasy.: 40.46 g; Węglowodany ogółem: 356.69 g; W tym cukry: 74.23 g; Błonnik pok.: 29.38 g; Sól: 8.43 g;	Wartość energetyczna: 2746.19 kcal; Białko ogółem: 114.22 g; Tłuszcz: 91.31 g; Kw. tł. nasy.: 40.05 g; Węglowodany ogółem: 378.63 g; W tym cukry: 78.50 g; Błonnik pok.: 30.60 g; Sól: 8.16 g;	Wartość energetyczna: 2581.86 kcal; Białko ogółem: 132.29 g; Tłuszcz: 126.66 g; Kw. tł. nasy.: 32.86 g; Węglowodany ogółem: 239.69 g; W tym cukry: 105.92 g; Błonnik pok.: 23.35 g; Sól: 4.37 g;	Wartość energetyczna: 2592.70 kcal; Białko ogółem: 108.58 g; Tłuszcz: 90.93 g; Kw. tł. nasy.: 39.45 g; Węglowodany ogółem: 351.29 g; W tym cukry: 70.80 g; Błonnik pok.: 33.94 g; Sól: 9.03 g;	Wartość energetyczna: 2622.83 kcal; Białko ogółem: 100.87 g; Tłuszcz: 87.00 g; Kw. tł. nasy.: 39.56 g; Węglowodany ogółem: 369.55 g; W tym cukry: 74.81 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 9.59 g;	Wartość energetyczna: 2537.19 kcal; Białko ogółem: 85.08 g; Tłuszcz: 91.18 g; Kw. tł. nasy.: 44.12 g; Węglowodany ogółem: 263.80 g; W tym cukry: 77.80 g; Błonnik pok.: 31.23 g; Sól: 8.09 g;	Wartość energetyczna: 2126.86 kcal; Białko ogółem: 75.37 g; Tłuszcz: 86.08 g; Kw. tł. nasy.: 34.06 g; Węglowodany ogółem: 263.80 g; W tym cukry: 42.44 g; Błonnik pok.: 13.33 g; Sól: 3.17 g;	Wartość energetyczna: 2742.84 kcal; Białko ogółem: 101.24 g; Tłuszcz: 110.68 g; Kw. tł. nasy.: 50.42 g; Węglowodany ogółem: 346.66 g; W tym cukry: 78.30 g; Błonnik pok.: 30.43 g; Sól: 9.81 g;	Wartość energetyczna: 3015.11 kcal; Białko ogółem: 109.75 g; Tłuszcz: 115.08 g; Kw. tł. nasy.: 53.88 g; Węglowodany ogółem: 397.11 g; W tym cukry: 95.49 g; Błonnik pok.: 32.89 g; Sól: 11.34 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Latwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Latwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Latwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 z ogr.latwo przys.wegl/Latwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb Graham 70 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszaany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE</u>) Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszaany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE</u>) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE</u>) Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Chleb mieszaany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE</u>) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszaany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE</u>) Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Roszponka 10 g	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszaany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszaany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (<u>MLE</u>) Sok pomidorowy 200 ml
Tł.SN							Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml				Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Mięso wołowe mielone 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - szpinakowa z ziemniakami () RYD 700 g (<u>JAJ, SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem() 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron bezglutenowy 200 g Pieczeń wołowa 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Makaron bezglutenowy 200 g Pieczeń wołowa 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD							Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (<u>MLE</u>)				Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (<u>MLE</u>)
Kolacja	Chleb mieszaany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Paszlet z fasoli () 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszaany 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-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszaany 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-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona 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 Mus z jabłek () b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (<u>JAJ, SEL</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszaany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona 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 Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszaany 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-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona 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 Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszaany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona 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 Mus z jabłek () b/c 100 g	
PN	Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u> .)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT</u>) Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ</u> .)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszaany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT</u>) Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u> .)	Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u> .)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszaany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT</u>) Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ</u> .)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszaany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT</u>) Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ</u> .)
	Wartość energetyczna: 2657,93 kcal; Białko ogółem: 107,68 g; Tłuszcz: 94,48 g; Kw. tł. nasy.: 46,26 g; Węglowodany ogółem: 346,35 g; W tym cukry: 68,25 g; Błonnik pok.: 27,95 g; Sól: 5,03 g;	Wartość energetyczna: 2423,68 kcal; Białko ogółem: 111,90 g; Tłuszcz: 75,07 g; Kw. tł. nasy.: 36,85 g; Węglowodany ogółem: 326,92 g; W tym cukry: 68,14 g; Błonnik pok.: 16,30 g; Sól: 6,31 g;	Wartość energetyczna: 2467,30 kcal; Białko ogółem: 111,67 g; Tłuszcz: 74,73 g; Kw. tł. nasy.: 37,09 g; Węglowodany ogółem: 344,95 g; W tym cukry: 72,29 g; Błonnik pok.: 23,49 g; Sól: 7,62 g;	Wartość energetyczna: 2757,50 kcal; Białko ogółem: 124,22 g; Tłuszcz: 76,78 g; Kw. tł. nasy.: 37,05 g; Węglowodany ogółem: 402,96 g; W tym cukry: 76,50 g; Błonnik pok.: 27,26 g; Sól: 7,44 g;	Wartość energetyczna: 2414,62 kcal; Białko ogółem: 120,99 g; Tłuszcz: 115,98 g; Kw. tł. nasy.: 27,72 g; Węglowodany ogółem: 230,60 g; W tym cukry: 109,64 g; Błonnik pok.: 22,61 g; Sól: 4,20 g;	Wartość energetyczna: 2600,94 kcal; Białko ogółem: 118,27 g; Tłuszcz: 87,31 g; Kw. tł. nasy.: 37,15 g; Węglowodany ogółem: 344,54 g; W tym cukry: 63,98 g; Błonnik pok.: 32,60 g; Sól: 6,83 g;	Wartość energetyczna: 2461,62 kcal; Białko ogółem: 106,26 g; Tłuszcz: 72,07 g; Kw. tł. nasy.: 36,52 g; Węglowodany ogółem: 355,55 g; W tym cukry: 73,12 g; Błonnik pok.: 25,18 g; Sól: 8,78 g;	Wartość energetyczna: 2271,41 kcal; Białko ogółem: 76,29 g; Tłuszcz: 87,49 g; Kw. tł. nasy.: 46,63 g; Węglowodany ogółem: 298,37 g; W tym cukry: 68,82 g; Błonnik pok.: 20,23 g; Sól: 4,75 g;	Wartość energetyczna: 1956,33 kcal; Białko ogółem: 123,17 g; Tłuszcz: 69,41 g; Kw. tł. nasy.: 29,30 g; Węglowodany ogółem: 257,05 g; W tym cukry: 42,72 g; Błonnik pok.: 10,69 g; Sól: 2,78 g;	Wartość energetyczna: 2711,57 kcal; Białko ogółem: 107,46 g; Tłuszcz: 102,41 g; Kw. tł. nasy.: 43,82 g; Węglowodany ogółem: 342,96 g; W tym cukry: 64,38 g; Błonnik pok.: 18,57 g; Sól: 8,54 g;	Wartość energetyczna: 3120,04 kcal; Białko ogółem: 123,17 g; Tłuszcz: 106,57 g; Kw. tł. nasy.: 47,28 g; Węglowodany ogółem: 421,62 g; W tym cukry: 68,37 g; Błonnik pok.: 20,43 g; Sól: 10,07 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-08-04 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	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ,) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Powidła sliwkowe 60 g Jablko 150 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU JECZ,) Jablko 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU, ZYT,) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Marmolada wieloowcowa 60 g (S02,) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU JECZ,) Jablko 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU, ZYT,) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Marmolada wieloowcowa 60 g (S02,) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU JECZ,) Jablko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Marmolada wieloowcowa 60 g (S02,) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU JECZ,) Jablko pieczone 150 g Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ,)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU JECZ,) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU JECZ,) Jablko pieczone 150 g Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ,)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE,) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU JECZ,) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU, ZYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE,) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU JECZ,) Jablko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU, ZYT,) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Powidła sliwkowe 60 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU JECZ,) Jablko 150 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Marmolada wieloowcowa 60 g (S02,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jablko 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU, ZYT,) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Marmolada wieloowcowa 60 g (S02,) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU JECZ,) Jablko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU, ZYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE,) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU JECZ,) Jablko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU, ZYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE,) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU JECZ,) Jablko pieczone 150 g		
Tł.SN											Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		
Obiad	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Ziemiaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB,) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Ziemiaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB,) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Ziemiaki młode gotowane () 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Sos koperkowy * 100 ml (GLU PSZ, MLE,) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - krupnik () RYD 700 g (JAJ, SEL, GLU JECZ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Ziemiaki młode 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,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Ziemiaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB,) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Ziemiaki młode gotowane () 200 g Kotlec jaglany z serem top i pietruszka 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Surówka z kapusty młodej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Ziemiaki młode gotowane () 200 g Kotlec jaglany z serem top i pietruszka 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Surówka z kapusty młodej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL,) Ziemiaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB,) Warzywa po grecku (bez glutenu) () 200 g (SEL,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Ziemiaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB,) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Ziemiaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB,) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Ziemiaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB,) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
PD											Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Mleko UHT 200ml, 3,5%t 1 Por (MLE)		
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU, ZYT,) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU, ZYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU, ZYT,) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU, ZYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU, ZYT,) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU, ZYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonej kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Jarzynowa z makaronem (dieta) 400 ml (GLU PSZ, MLE, 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) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonej kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Jarzynowa z makaronem (dieta) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU, ZYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonej kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU, ZYT,) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU, ZYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (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, ZYT,) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU, ZYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU, ZYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU, ZYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml		
PN											Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE,) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU, ZYT,) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU, ZYT,) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2573.60 kcal; Białko ogółem: 94.33 g; Tłuszcz: 89.04 g; Kw. tł. nasy.: 34.49 g; Węglowodany ogółem: 359.00 g; W tym cukry: 97.83 g; Błonnik pok.: 31.03 g; Sól: 5.25 g;	Wartość energetyczna: 2371.22 kcal; Białko ogółem: 91.62 g; Tłuszcz: 72.71 g; Kw. tł. nasy.: 33.87 g; Węglowodany ogółem: 345.16 g; W tym cukry: 76.90 g; Błonnik pok.: 27.96 g; Sól: 5.42 g;	Wartość energetyczna: 2382.77 kcal; Białko ogółem: 95.91 g; Tłuszcz: 68.40 g; Kw. tł. nasy.: 32.92 g; Węglowodany ogółem: 351.71 g; W tym cukry: 84.20 g; Błonnik pok.: 28.34 g; Sól: 6.60 g;	Wartość energetyczna: 2566.63 kcal; Białko ogółem: 100.04 g; Tłuszcz: 69.10 g; Kw. tł. nasy.: 32.94 g; Węglowodany ogółem: 393.49 g; W tym cukry: 89.06 g; Błonnik pok.: 30.33 g; Sól: 6.75 g;	Wartość energetyczna: 2533.67 kcal; Białko ogółem: 129.19 g; Tłuszcz: 118.00 g; Kw. tł. nasy.: 28.24 g; Węglowodany ogółem: 247.69 g; W tym cukry: 95.93 g; Błonnik pok.: 24.26 g; Sól: 4.16 g;	Wartość energetyczna: 2091.71 kcal; Białko ogółem: 105.42 g; Tłuszcz: 72.09 g; Kw. tł. nasy.: 32.45 g; Węglowodany ogółem: 268.45 g; W tym cukry: 53.01 g; Błonnik pok.: 33.08 g; Sól: 5.92 g;	Wartość energetyczna: 2219.14 kcal; Białko ogółem: 103.37 g; Tłuszcz: 64.66 g; Kw. tł. nasy.: 31.35 g; Węglowodany ogółem: 314.80 g; W tym cukry: 73.49 g; Błonnik pok.: 30.66 g; Sól: 8.13 g;	Wartość energetyczna: 2530.31 kcal; Białko ogółem: 68.06 g; Tłuszcz: 90.43 g; Kw. tł. nasy.: 36.32 g; Węglowodany ogółem: 370.60 g; W tym cukry: 97.81 g; Błonnik pok.: 29.57 g; Sól: 5.13 g;	Wartość energetyczna: 1910.58 kcal; Białko ogółem: 57.53 g; Tłuszcz: 64.92 g; Kw. tł. nasy.: 27.07 g; Węglowodany ogółem: 276.90 g; W tym cukry: 52.41 g; Błonnik pok.: 21.38 g; Sól: 2.49 g;	Wartość energetyczna: 2402.39 kcal; Białko ogółem: 91.86 g; Tłuszcz: 72.49 g; Kw. tł. nasy.: 33.82 g; Węglowodany ogółem: 351.41 g; W tym cukry: 84.20 g; Błonnik pok.: 28.34 g; Sól: 5.64 g;	Wartość energetyczna: 2595.97 kcal; Białko ogółem: 115.71 g; Tłuszcz: 80.46 g; Kw. tł. nasy.: 39.06 g; Węglowodany ogółem: 361.66 g; W tym cukry: 93.04 g; Błonnik pok.: 31.70 g; Sól: 7.52 g;	Wartość energetyczna: 2595.97 kcal; Białko ogółem: 115.71 g; Tłuszcz: 80.46 g; Kw. tł. nasy.: 39.06 g; Węglowodany ogółem: 361.66 g; W tym cukry: 93.04 g; Błonnik pok.: 31.70 g; Sól: 7.52 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-08-04 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, SEL.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU 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) Szynka sołtysa wędzona, parzona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 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) Szynka sołtysa wędzona, parzona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa wędzona, parzona 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 (MLE, GLU OW.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, SEL.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata lodowa 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) Szynka sołtysa wędzona, parzona 50 g 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) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sałata lodowa 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa wędzona, parzona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata lodowa 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem 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 żółty 50 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml
Tł.SN						Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko pieczone 150 g
Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 350 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 100 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odtwycza - koperkowa z ziemniakami () RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 350g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z selera i jabłka z olejem () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (JAJ, SEL.) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (MLE, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE)
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) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wędzanych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenno-żytnia 100 g (GLU PSZ, SEL.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odtwycza - ziemniaczana () RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, SEL.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Piers 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 Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Piers 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 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) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Ogórek świeży 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ, SEL.) 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) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wędzanych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wędzanych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE) Wafle ryżowe 20 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb 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) Wafle ryżowe 20 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE) Wafle ryżowe 20 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb 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: 2674.45 kcal; Białko ogółem: 104.28 g; Tłuszcz: 100.30 g; Kw. tł. nasy.: 50.00 g; Węglowodany ogółem: 347.33 g; W tym cukry: 67.16 g; Błonnik pok.: 29.88 g; Sól: 7.76 g;	Wartość energetyczna: 2563.25 kcal; Białko ogółem: 103.38 g; Tłuszcz: 78.94 g; Kw. tł. nasy.: 38.61 g; Węglowodany ogółem: 371.01 g; W tym cukry: 79.06 g; Błonnik pok.: 23.54 g; Sól: 7.52 g;	Wartość energetyczna: 2609.13 kcal; Białko ogółem: 104.02 g; Tłuszcz: 78.89 g; Kw. tł. nasy.: 38.60 g; Węglowodany ogółem: 380.43 g; W tym cukry: 88.82 g; Błonnik pok.: 24.66 g; Sól: 8.69 g;	Wartość energetyczna: 2762.31 kcal; Białko ogółem: 110.69 g; Tłuszcz: 78.12 g; Kw. tł. nasy.: 38.05 g; Węglowodany ogółem: 416.62 g; W tym cukry: 92.73 g; Błonnik pok.: 27.59 g; Sól: 8.44 g;	Wartość energetyczna: 2475.68 kcal; Białko ogółem: 127.87 g; Tłuszcz: 125.53 g; Kw. tł. nasy.: 32.65 g; Węglowodany ogółem: 220.42 g; W tym cukry: 106.01 g; Błonnik pok.: 23.81 g; Sól: 4.39 g;	Wartość energetyczna: 2505.48 kcal; Białko ogółem: 104.47 g; Tłuszcz: 90.52 g; Kw. tł. nasy.: 46.81 g; Węglowodany ogółem: 337.53 g; W tym cukry: 71.19 g; Błonnik pok.: 35.36 g; Sól: 7.67 g;	Wartość energetyczna: 2487.66 kcal; Białko ogółem: 96.52 g; Tłuszcz: 74.56 g; Kw. tł. nasy.: 37.66 g; Węglowodany ogółem: 368.82 g; W tym cukry: 84.68 g; Błonnik pok.: 27.31 g; Sól: 9.80 g;	Wartość energetyczna: 2730.42 kcal; Białko ogółem: 96.83 g; Tłuszcz: 91.84 g; Kw. tł. nasy.: 46.59 g; Węglowodany ogółem: 395.74 g; W tym cukry: 74.29 g; Błonnik pok.: 40.65 g; Sól: 7.16 g;	Wartość energetyczna: 2195.05 kcal; Białko ogółem: 69.86 g; Tłuszcz: 84.45 g; Kw. tł. nasy.: 32.92 g; Węglowodany ogółem: 291.26 g; W tym cukry: 49.61 g; Błonnik pok.: 16.06 g; Sól: 4.28 g;	Wartość energetyczna: 2830.11 kcal; Białko ogółem: 109.37 g; Tłuszcz: 99.30 g; Kw. tł. nasy.: 50.06 g; Węglowodany ogółem: 384.32 g; W tym cukry: 88.83 g; Błonnik pok.: 24.94 g; Sól: 8.92 g;	Wartość energetyczna: 2994.87 kcal; Białko ogółem: 116.79 g; Tłuszcz: 103.85 g; Kw. tł. nasy.: 53.48 g; Węglowodany ogółem: 410.31 g; W tym cukry: 101.31 g; Błonnik pok.: 29.71 g; Sól: 10.41 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-08-04 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, SEL) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT, MLE) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT, MLE) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT, MLE) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza jęczmienna na mleku 400 ml (MLE, GLU JECZ) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU JECZ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT, MLE) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Sok pomidorowy 200 ml
Tłuszcze	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml										
Obiad	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ) Mizéria 200 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Mięso wieprzowe (schab) mielone 100 g (GLU PSZ) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - pomidorowa z zacierką () RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Mizéria 100 g (MLE) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL) Zapiekanka z ziemniok i warzyw z jajkiem () 350 g (JAJ, MLE, SEL) Mizéria 200 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mleko UHT 200ml, 3,5%tł 1 Por (MLE)
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, MLE) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT, MLE) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT, MLE) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE) Grysiwka () 400 ml (GLU PSZ, SEL) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - grysiwka () RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT, MLE) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE) Jabłko pieczone 150 g
PN	Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2185.35 kcal; Białko ogółem: 85.16 g; Tłuszcz: 75.74 g; Kw. tł. nasy.: 35.52 g; Węglowodany ogółem: 299.56 g; W tym cukry: 70.08 g; Błonnik pok.: 26.16 g; Sól: 6.23 g;	Wartość energetyczna: 2120.51 kcal; Białko ogółem: 92.66 g; Tłuszcz: 69.06 g; Kw. tł. nasy.: 33.97 g; Węglowodany ogółem: 293.89 g; W tym cukry: 78.03 g; Błonnik pok.: 30.38 g; Sól: 6.89 g;	Wartość energetyczna: 2135.69 kcal; Białko ogółem: 93.10 g; Tłuszcz: 69.24 g; Kw. tł. nasy.: 34.02 g; Węglowodany ogółem: 297.14 g; W tym cukry: 80.53 g; Błonnik pok.: 31.16 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 2650.05 kcal; Białko ogółem: 113.69 g; Tłuszcz: 85.56 g; Kw. tł. nasy.: 38.38 g; Węglowodany ogółem: 370.20 g; W tym cukry: 100.77 g; Błonnik pok.: 34.06 g; Sól: 7.97 g;	Wartość energetyczna: 2512.95 kcal; Białko ogółem: 127.77 g; Tłuszcz: 117.88 g; Kw. tł. nasy.: 28.18 g; Węglowodany ogółem: 244.26 g; W tym cukry: 97.63 g; Błonnik pok.: 24.53 g; Sól: 4.17 g;	Wartość energetyczna: 2079.85 kcal; Białko ogółem: 113.54 g; Tłuszcz: 66.64 g; Kw. tł. nasy.: 34.04 g; Węglowodany ogółem: 269.82 g; W tym cukry: 55.80 g; Błonnik pok.: 33.95 g; Sól: 7.06 g;	Wartość energetyczna: 2266.16 kcal; Białko ogółem: 107.54 g; Tłuszcz: 70.12 g; Kw. tł. nasy.: 33.47 g; Węglowodany ogółem: 313.09 g; W tym cukry: 73.57 g; Błonnik pok.: 33.58 g; Sól: 9.28 g;	Wartość energetyczna: 2292.56 kcal; Białko ogółem: 66.18 g; Tłuszcz: 98.14 g; Kw. tł. nasy.: 42.28 g; Węglowodany ogółem: 292.56 g; W tym cukry: 74.63 g; Błonnik pok.: 25.22 g; Sól: 6.32 g;	Wartość energetyczna: 1956.65 kcal; Białko ogółem: 71.31 g; Tłuszcz: 70.34 g; Kw. tł. nasy.: 30.92 g; Węglowodany ogółem: 266.71 g; W tym cukry: 69.30 g; Błonnik pok.: 25.17 g; Sól: 3.95 g;	Wartość energetyczna: 2135.69 kcal; Białko ogółem: 93.10 g; Tłuszcz: 69.24 g; Kw. tł. nasy.: 34.02 g; Węglowodany ogółem: 297.14 g; W tym cukry: 80.53 g; Błonnik pok.: 31.16 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 2304.16 kcal; Białko ogółem: 107.34 g; Tłuszcz: 73.12 g; Kw. tł. nasy.: 35.49 g; Węglowodany ogółem: 297.14 g; W tym cukry: 74.77 g; Błonnik pok.: 33.58 g; Sól: 9.29 g;

Oznaczenia alergenów:

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

Oznaczenia wskaźników odż.:

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