

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 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 jęczmieńne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka rodzinna-wędzonka wędziona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Salata zielona 20 g	Płatki jęczmieńne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka rodzinna-wędzonka wędziona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Salata zielona 20 g	Płatki jęczmieńne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka rodzinna-wędzonka wędziona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Płatki jęczmieńne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka rodzinna-wędzonka wędziona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU JECZ.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka rodzinna-wędzonka wędziona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Salata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka rodzinna-wędzonka wędziona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka rodzinna-wędzonka wędziona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Ser zółty 50 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Płatki jęczmieńne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka rodzinna-wędzonka wędziona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) 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.) Piersz delikatna z kurzej skórki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka parzona w osłonięciu niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Płatki jęczmieńne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka rodzinna-wędzonka wędziona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Płatki jęczmieńne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka rodzinna-wędzonka wędziona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) 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 gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z selera i jabłka () 200 g (MLE, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta 200 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - brokułowa z ryżem () RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z selera i jabłka () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* (bez glutenu) 200 g (SOJ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* (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 gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml										Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	
Kolacja	Roszonka 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 100 g (RYB, MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	Roszonka 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z twarogu i ryby got. (morszczuk) z natką pietruszki 100 g (RYB, MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE, MLE, SEL.) Jajzyna z makaronem dieta () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jaryżynowa 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.) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 100 g (RYB, MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 90 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Roszonka 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	Roszonka 10 g Chleb bezglutenowy 100 g (MLE.) Pasta z twarogu i ryby got. (morszczuk) z natką pietruszki 100 g (RYB, MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	Roszonka 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Twarożek 100 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.) 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.) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) 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 ŻYT.) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	
	Wartość energetyczna: 2393,18 kcal; Białko ogółem: 88,29 g; Tłuszcz: 79,90 g; Kw. tł. nasy.: 37,09 g; Węglowodany ogółem: 359,63 g; W tym cukry: 87,51 g; Błonnik pok.: 39,83 g; Sól: 8,71 g;	Wartość energetyczna: 2313,86 kcal; Białko ogółem: 88,04 g; Tłuszcz: 73,13 g; Kw. tł. nasy.: 34,88 g; Węglowodany ogółem: 338,66 g; W tym cukry: 88,56 g; Błonnik pok.: 32,93 g; Sól: 8,36 g;	Wartość energetyczna: 2406,94 kcal; Białko ogółem: 97,10 g; Tłuszcz: 74,31 g; Kw. tł. nasy.: 36,01 g; Węglowodany ogółem: 350,37 g; W tym cukry: 97,14 g; Błonnik pok.: 32,12 g; Sól: 8,89 g;	Wartość energetyczna: 2516,34 kcal; Białko ogółem: 104,04 g; Tłuszcz: 74,14 g; Kw. tł. nasy.: 35,60 g; Węglowodany ogółem: 372,31 g; W tym cukry: 101,41 g; Błonnik pok.: 33,34 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: 2284,90 kcal; Białko ogółem: 89,44 g; Tłuszcz: 72,71 g; Kw. tł. nasy.: 36,21 g; Węglowodany ogółem: 336,33 g; W tym cukry: 76,19 g; Błonnik pok.: 43,37 g; Sól: 9,09 g;	Wartość energetyczna: 2418,55 kcal; Białko ogółem: 95,53 g; Tłuszcz: 72,57 g; Kw. tł. nasy.: 45,94 g; Węglowodany ogółem: 358,60 g; W tym cukry: 85,66 g; Błonnik pok.: 32,58 g; Sól: 10,35 g;	Wartość energetyczna: 2471,43 kcal; Białko ogółem: 89,50 g; Tłuszcz: 83,60 g; Kw. tł. nasy.: 45,94 g; Węglowodany ogółem: 262,82 g; W tym cukry: 87,67 g; Błonnik pok.: 37,45 g; Sól: 7,60 g;	Wartość energetyczna: 2768,21 kcal; Białko ogółem: 54,25 g; Tłuszcz: 66,32 g; Kw. tł. nasy.: 27,75 g; Węglowodany ogółem: 262,82 g; W tym cukry: 63,34 g; Błonnik pok.: 24,48 g; Sól: 4,12 g;	Wartość energetyczna: 2437,55 kcal; Białko ogółem: 81,59 g; Tłuszcz: 84,04 g; Kw. tł. nasy.: 44,88 g; Węglowodany ogółem: 353,93 g; W tym cukry: 99,83 g; Błonnik pok.: 35,37 g; Sól: 10,09 g;	Wartość energetyczna: 2768,05 kcal; Białko ogółem: 102,94 g; Tłuszcz: 92,32 g; Kw. tł. nasy.: 44,88 g; Węglowodany ogółem: 398,04 g; W tym cukry: 98,69 g; Błonnik pok.: 38,78 g; Sól: 12,21 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 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	
II SNIADANIE	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Paszet Ciechanowski-Paszet drobiowy z dodatkami surowców wierzprowych pieczony 70 g (GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Ogórek kiszony 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Salata lodowa 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo z dodat.wody w osł.niejad 50 g Salata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo z dodat.wody w osł.niejad 50 g Salata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek kiszony 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Salata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek kiszony 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek śniadaniowy ze szczyptorkiem 80g 1 szt (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Salata lodowa 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo z dodat.wody w osł.niejad 50 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Paszet Ciechanowski-Paszet drobiowy z dodatkami surowców wierzprowych pieczony 70 g (GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Paszet Ciechanowski-Paszet drobiowy z dodatkami surowców wierzprowych pieczony 70 g (GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	
II SNIADANIE	Kefir 2% tł 200g 1 szt (MLE.)											
OBIAD	Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLUPSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Mięso wieprzowe (szynka) 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.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) 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.) Makaron z warzywami i szynką 350 g (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) 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.) Makaron z warzywami i szynką 350 g (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron bezglutenowy 200 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (MLE.) Dynia duszona z olejem* (bez glutenu) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa 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	Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (GLUPSZ, MLE.)
PD	Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (GLUPSZ, MLE.)											
KOLACJA	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Ziemiaczana () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Ziemiaczana () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Płynna odżywcza - ziemiaczana () RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp. wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) 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.) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	
PN	Rogal maślany 50g, 1 szt (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	Rogal maślany 50g, 1 szt (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	Rogal maślany 50g, 1 szt (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	Rogal maślany 50g, 1 szt (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb 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: 2686,29 kcal; Białko ogółem: 123,87 g; Tłuszcz: 90,04 g; Kw. tł. nasy.: 41,94 g; Węglowodany ogółem: 350,35 g; W tym cukry: 64,84 g; Błonnik pok.: 27,41 g; Sol: 9,39 g;	Wartość energetyczna: 2640,17 kcal; Białko ogółem: 117,67 g; Tłuszcz: 90,27 g; Kw. tł. nasy.: 39,56 g; Węglowodany ogółem: 366,29 g; W tym cukry: 72,85 g; Błonnik pok.: 21,16 g; Sol: 8,09 g;	Wartość energetyczna: 2708,39 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; Sol: 8,88 g;	Wartość energetyczna: 2479,59 kcal; Białko ogółem: 127,15 g; Tłuszcz: 122,77 g; Kw. tł. nasy.: 32,16 g; Węglowodany ogółem: 226,61 g; W tym cukry: 108,41 g; Błonnik pok.: 21,92 g; Sol: 4,40 g;	Wartość energetyczna: 2352,17 kcal; Białko ogółem: 122,08 g; Tłuszcz: 80,00 g; Kw. tł. nasy.: 41,03 g; Węglowodany ogółem: 293,79 g; W tym cukry: 69,99 g; Błonnik pok.: 32,55 g; Sol: 10,02 g;	Wartość energetyczna: 2896,51 kcal; Białko ogółem: 136,53 g; Tłuszcz: 102,12 g; Kw. tł. nasy.: 41,82 g; Węglowodany ogółem: 363,05 g; W tym cukry: 65,81 g; Błonnik pok.: 23,82 g; Sol: 6,51 g;	Wartość energetyczna: 2686,29 kcal; Białko ogółem: 123,87 g; Tłuszcz: 90,04 g; Kw. tł. nasy.: 41,94 g; Węglowodany ogółem: 350,35 g; W tym cukry: 64,84 g; Błonnik pok.: 27,41 g; Sol: 9,39 g;	Wartość energetyczna: 2640,17 kcal; Białko ogółem: 117,67 g; Tłuszcz: 90,27 g; Kw. tł. nasy.: 39,56 g; Węglowodany ogółem: 366,29 g; W tym cukry: 72,85 g; Błonnik pok.: 21,16 g; Sol: 8,09 g;	Wartość energetyczna: 2708,39 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; Sol: 8,88 g;	Wartość energetyczna: 2479,59 kcal; Białko ogółem: 127,15 g; Tłuszcz: 122,77 g; Kw. tł. nasy.: 32,16 g; Węglowodany ogółem: 226,61 g; W tym cukry: 108,41 g; Błonnik pok.: 21,92 g; Sol: 4,40 g;	Wartość energetyczna: 2352,17 kcal; Białko ogółem: 122,08 g; Tłuszcz: 80,00 g; Kw. tł. nasy.: 41,03 g; Węglowodany ogółem: 293,79 g; W tym cukry: 69,99 g; Błonnik pok.: 32,55 g; Sol: 10,02 g;	Wartość energetyczna: 2896,51 kcal; Białko ogółem: 136,53 g; Tłuszcz: 102,12 g; Kw. tł. nasy.: 41,82 g; Węglowodany ogółem: 363,05 g; W tym cukry: 65,81 g; Błonnik pok.: 23,82 g; Sol: 6,51 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 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
2024-09-18 środa	II ŚN	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb Graham 70 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Jabłko 150 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)</p> <p>Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Salata zielona 20 g</p> <p>Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml</p> <p>Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna duża krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml</p> <p>Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU, OW.) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)</p> <p>Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Pomidor 80 g</p> <p>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.) Sok pomidorowy 200 ml</p> <p>Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Salata zielona 20 g</p> <p>Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml</p>									
		<p>Jabłko 150 g</p> <p>Jabłko pieczone 150 g</p>									
2024-09-18 środa	Obiad	<p>Zupa z soczewicy i ziemniakami (I) 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane (I) 200 g Sos jarzynowy (I) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (I) 200 g (GLU, PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> <p>Grycikowa (I) 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane (I) 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy (I) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (I) 200 g (GLU, PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> <p>Płynna odżywcza - grycikowa (I) RYD 700 g (GLU, PSZ, JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> <p>Zupa z soczewicy i ziemniakami (I) 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane (I) 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) (I) 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) (I) 200 g (GLU, PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> <p>Grycikowa (I) 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane (I) 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 100 g (JAJ.) Sos jarzynowy (bez glutenu) (I) 100 ml (SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (I) (bez glutenu) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> <p>Zupa z soczewicy i ziemniakami (I) 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane (I) 200 g Zrapiekanka z ziemniaków i warzyw (I) 350 g (JAJ, MLE, SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte (I) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> <p>Ryżowa (I) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (I) 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 100 g (JAJ.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (I) (bez glutenu) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> <p>Grycikowa (I) 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane (I) 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (I) 200 g (GLU, PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>									
		<p>Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE.)</p> <p>Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE.)</p>									
2024-09-18 środa	Kolacja	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata lodowa 20 g</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt</p> <p>Bułka pszenna duża krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ryżowa (I) 400 ml (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt</p> <p>Płynna odżywcza - ryżowa (I) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml</p> <p>Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt</p> <p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata lodowa 20 g</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt</p>									
		<p>Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt</p> <p>Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb rżany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU, PSZ, MLE.) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt</p> <p>Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU, ZYT.) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt</p> <p>Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt</p>									
<p>Wartość energetyczna: 2904.84 kcal; Białko ogółem: 111.99 g; Tłuszcz: 101.41 g; Kw. tł. nasy.: 44.45 g; Węglowodany ogółem: 403.95 g; W tym cukry: 97.96 g; Błonnik pok.: 34.30 g; Sol: 8.10 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2329.56 kcal; Białko ogółem: 96.65 g; Tłuszcz: 63.59 g; Kw. tł. nasy.: 32.70 g; Węglowodany ogółem: 355.92 g; W tym cukry: 97.10 g; Błonnik pok.: 26.22 g; Sol: 6.97 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2324.34 kcal; Białko ogółem: 98.71 g; Tłuszcz: 63.11 g; Kw. tł. nasy.: 32.67 g; Węglowodany ogółem: 351.04 g; W tym cukry: 84.74 g; Błonnik pok.: 26.55 g; Sol: 7.90 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2455.69 kcal; Białko ogółem: 104.59 g; Tłuszcz: 62.74 g; Kw. tł. nasy.: 32.24 g; Węglowodany ogółem: 379.76 g; W tym cukry: 88.33 g; Błonnik pok.: 27.33 g; Sol: 7.62 g;</p> <p>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; Sol: 4.26 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2466.06 kcal; Białko ogółem: 105.43 g; Tłuszcz: 82.40 g; Kw. tł. nasy.: 42.51 g; Węglowodany ogółem: 346.38 g; W tym cukry: 76.87 g; Błonnik pok.: 36.74 g; Sol: 9.38 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2278.47 kcal; Białko ogółem: 92.85 g; Tłuszcz: 59.24 g; Kw. tł. nasy.: 31.83 g; Węglowodany ogółem: 355.34 g; W tym cukry: 108.70 g; Błonnik pok.: 29.86 g; Sol: 9.02 g;</p> <p>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: 72.30 g; Błonnik pok.: 34.87 g; Sol: 5.49 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 1907.11 kcal; Białko ogółem: 66.48 g; Tłuszcz: 59.31 g; Kw. tł. nasy.: 25.98 g; Węglowodany ogółem: 284.24 g; W tym cukry: 84.74 g; Błonnik pok.: 18.29 g; Sol: 3.66 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2324.34 kcal; Białko ogółem: 98.71 g; Tłuszcz: 63.11 g; Kw. tł. nasy.: 32.67 g; Węglowodany ogółem: 351.04 g; W tym cukry: 94.74 g; Błonnik pok.: 26.55 g; Sol: 7.90 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2572.68 kcal; Białko ogółem: 107.77 g; Tłuszcz: 68.12 g; Kw. tł. nasy.: 36.19 g; Węglowodany ogółem: 394.93 g; W tym cukry: 99.50 g; Błonnik pok.: 31.98 g; Sol: 9.40 g;</p>											

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ)	Zacierka na mleku 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z twarogiem ze szczypiorkiem 100 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Zacierka na mleku 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Zacierka na mleku 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Twarożek 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z twarogiem ze szczypiorkiem 100 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Kawa zbożowa z mlekkiem 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.) Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Twarożek 100 g (MLE.) Sok marchwiowy 200 ml	Zacierka na mleku 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pasta z twarogiem ze szczypiorkiem 100 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z twarogiem z koperkiem 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser topiony 50 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Zacierka na mleku 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser topiony 50 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml
II ŚN						Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Jabłko pieczone 150 g				Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Leczo z cukini z kiełbasą 200 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) 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 (JAJ, SEL.) 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		Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Ryż na sypko 200 g Leczo z drobiem-dieta () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Leczo z drobiem-dieta () 200 g Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Ryż na sypko 200 g Leczo z drobiem-dieta () 200 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL.) 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 (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Ryż na sypko 200 g Leczo z drobiem-dieta () 200 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Podplomyki b/c 200 ml
PD						Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka sołtysa wędziona, parzona 50 g Salatka jarzynowa () 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka sołtysa wędziona, parzona 50 g Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka sołtysa wędziona, parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka sołtysa wędziona, parzona 50 g Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka sołtysa wędziona, parzona 50 g Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka sołtysa wędziona, parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Hummus 100 g (SEL.) Salatka jarzynowa () 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka sołtysa wędziona, parzona 50 g Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka sołtysa wędziona, parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka sołtysa wędziona, parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
PN		Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)				Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE.) Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)
	Wartość energetyczna: 2804,98 kcal; Białko ogółem: 91,72 g; Tłuszcz: 111,00 g; Kw. tł. nasy.: 41,81 g; Węglowodany ogółem: 368,75 g; W tym cukry: 81,12 g; Błonnik pok.: 33,52 g; Sol: 8,85 g;	Wartość energetyczna: 2442,55 kcal; Białko ogółem: 99,33 g; Tłuszcz: 66,98 g; Kw. tł. nasy.: 34,71 g; Węglowodany ogółem: 370,49 g; W tym cukry: 77,56 g; Błonnik pok.: 26,23 g; Sol: 6,61 g;	Wartość energetyczna: 2427,30 kcal; Białko ogółem: 98,05 g; Tłuszcz: 66,49 g; Kw. tł. nasy.: 34,43 g; Węglowodany ogółem: 366,59 g; W tym cukry: 86,52 g; Błonnik pok.: 25,40 g; Sol: 7,39 g;	Wartość energetyczna: 2536,70 kcal; Białko ogółem: 104,99 g; Tłuszcz: 66,32 g; Kw. tł. nasy.: 34,02 g; Węglowodany ogółem: 388,53 g; W tym cukry: 90,79 g; Błonnik pok.: 26,62 g; Sol: 7,12 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; Sol: 4,19 g;	Wartość energetyczna: 2221,82 kcal; Białko ogółem: 91,12 g; Tłuszcz: 71,99 g; Kw. tł. nasy.: 33,13 g; Węglowodany ogółem: 313,55 g; W tym cukry: 44,69 g; Błonnik pok.: 38,19 g; Sol: 7,77 g;	Wartość energetyczna: 2324,21 kcal; Białko ogółem: 82,48 g; Tłuszcz: 69,71 g; Kw. tł. nasy.: 32,02 g; Węglowodany ogółem: 354,36 g; W tym cukry: 74,87 g; Błonnik pok.: 36,03 g; Sol: 8,70 g;	Wartość energetyczna: 2902,28 kcal; Białko ogółem: 82,89 g; Tłuszcz: 121,31 g; Kw. tł. nasy.: 39,42 g; Węglowodany ogółem: 375,76 g; W tym cukry: 81,57 g; Błonnik pok.: 26,50 g; Sol: 8,27 g;	Wartość energetyczna: 1964,57 kcal; Białko ogółem: 63,77 g; Tłuszcz: 60,92 g; Kw. tł. nasy.: 27,55 g; Węglowodany ogółem: 295,07 g; W tym cukry: 52,55 g; Błonnik pok.: 19,90 g; Sol: 3,30 g;	Wartość energetyczna: 2447,32 kcal; Białko ogółem: 88,09 g; Tłuszcz: 75,83 g; Kw. tł. nasy.: 40,66 g; Węglowodany ogółem: 360,49 g; W tym cukry: 66,02 g; Błonnik pok.: 25,90 g; Sol: 8,39 g;	Wartość energetyczna: 2539,09 kcal; Białko ogółem: 92,28 g; Tłuszcz: 77,15 g; Kw. tł. nasy.: 41,73 g; W tym cukry: 376,82 g; W tym cukry: 84,17 g; Błonnik pok.: 28,29 g; Sol: 9,65 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 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
Sniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLUPSZ, 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 makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Śliwka 180 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 makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Śliwka 180 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 makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Śliwka 180 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Salaćka zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Salaćka zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z makiem 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.) Serek homo. o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Dżem brzoskwinowy 60 g Kawa zbożowa z makiem 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.) Dżem brzoskwinowy 60 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.)	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 makiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g
II ŚN						Śliwka 180 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)				Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)
Obiad	Dyniowa z makaronem () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Sznajki gotowane z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Sznajki gotowane z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sznajki gotowane z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - dyniowa z makaronem () RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Salaćka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Sznajki gotowane z olejem* 100 g (GLUPSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Sznajki gotowane z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kotlety gryczane z cebulką i twarogiem 350 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Salaćka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Sznajki gotowane z olejem. (bez glutenu)* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Sznajki gotowane z olejem. (bez glutenu)* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Sznajki gotowane z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD							Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE.)				Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE.)
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Koperkiem 100 g (JAJ, GOR.) Pomidor 80 g Salaćka zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Salaćka zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Salaćka zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z białek 100 g (JAJ, MLE.) Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z białek 100 g (JAJ, MLE.) 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.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE.) Pomidor 80 g Salaćka 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.) Pasta z białek 100 g (JAJ, MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Salaćka zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (JAJ, GOR.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Salaćka zielona 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) 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 mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)
	Wartość energetyczna: 2833,79 kcal; Białko ogółem: 115,80 g; Tłuszcz: 100,78 g; Kw. tł. nasy.: 40,98 g; Węglowodany ogółem: 379,04 g; W tym cukry: 93,55 g; Błonnik pok.: 31,43 g; Sól: 6,86 g;	Wartość energetyczna: 2561,25 kcal; Białko ogółem: 114,89 g; Tłuszcz: 84,79 g; Kw. tł. nasy.: 39,94 g; Węglowodany ogółem: 345,82 g; W tym cukry: 79,98 g; Błonnik pok.: 26,40 g; Sól: 6,67 g;	Wartość energetyczna: 2668,79 kcal; Białko ogółem: 123,68 g; Tłuszcz: 91,32 g; Kw. tł. nasy.: 41,90 g; Węglowodany ogółem: 349,69 g; W tym cukry: 82,40 g; Błonnik pok.: 27,52 g; Sól: 7,85 g;	Wartość energetyczna: 2827,73 kcal; Białko ogółem: 125,11 g; Tłuszcz: 90,92 g; Kw. tł. nasy.: 41,50 g; Węglowodany ogółem: 349,78 g; W tym cukry: 108,95 g; Błonnik pok.: 28,46 g; Sól: 7,75 g;	Wartość energetyczna: 2802,65 kcal; Białko ogółem: 131,00 g; Tłuszcz: 124,44 g; Kw. tł. nasy.: 49,06 g; Węglowodany ogółem: 249,78 g; W tym cukry: 108,95 g; Błonnik pok.: 23,58 g; Sól: 5,19 g;	Wartość energetyczna: 2482,14 kcal; Białko ogółem: 122,26 g; Tłuszcz: 95,49 g; Kw. tł. nasy.: 42,82 g; Węglowodany ogółem: 300,06 g; W tym cukry: 70,76 g; Błonnik pok.: 33,29 g; Sól: 7,32 g;	Wartość energetyczna: 2604,95 kcal; Białko ogółem: 130,81 g; Tłuszcz: 92,04 g; Kw. tł. nasy.: 42,85 g; Węglowodany ogółem: 323,87 g; W tym cukry: 70,55 g; Błonnik pok.: 26,48 g; Sól: 8,72 g;	Wartość energetyczna: 2862,66 kcal; Białko ogółem: 102,77 g; Tłuszcz: 108,33 g; Kw. tł. nasy.: 42,82 g; Węglowodany ogółem: 381,26 g; W tym cukry: 277,30 g; W tym cukry: 95,98 g; Błonnik pok.: 31,22 g; Sól: 6,05 g;	Wartość energetyczna: 2107,22 kcal; Białko ogółem: 77,49 g; Tłuszcz: 78,40 g; Kw. tł. nasy.: 32,69 g; Węglowodany ogółem: 277,30 g; W tym cukry: 52,57 g; Błonnik pok.: 16,64 g; Sól: 2,83 g;	Wartość energetyczna: 2491,14 kcal; Białko ogółem: 108,02 g; Tłuszcz: 79,62 g; Kw. tł. nasy.: 38,19 g; Węglowodany ogółem: 347,17 g; W tym cukry: 81,43 g; Błonnik pok.: 27,14 g; Sól: 7,25 g;	Wartość energetyczna: 2846,38 kcal; Białko ogółem: 137,37 g; Tłuszcz: 102,57 g; Kw. tł. nasy.: 51,49 g; Węglowodany ogółem: 357,16 g; W tym cukry: 81,63 g; Błonnik pok.: 29,57 g; Sól: 9,79 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 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	
2024-09-21 sobota	II SN	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierśki drobiowo-wieprz (homogenizowany, 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 ZYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (- może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (- może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok jablkowy 100 % 0,2l 1 szt	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) 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.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok jablkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (- może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (- może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Tofu 50 g (SOJ.) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Piers delikatna z kurnej polki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka parzona w osłonce niejadalnej. 50 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 ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkami surowców wleprzonych pieczonej 70 g (GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkami surowców wleprzonych pieczonej 70 g (GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
							Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE.)					Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jablek z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jablek z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jablek z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200g (GLU JECZ.) Mieso wołowe mielone 100 g (GLU PSZ.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - selerowa z ziemniakami () RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Sałatka z buraczków i jablek z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jablek z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200g (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Gulasz wołowy (bez glutenu) 200 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Sałatka z buraczków i jablek z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200g (GLU PSZ, SEL.) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
	PD					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynekowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynekowa debowa 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 ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynekowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (SEL.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynekowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Grycikowa () 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 - grycikowa () RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynekowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynekowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (SEL.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynekowa debowa 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 ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (SEL.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (SEL.)
	PN	Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)				Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE.) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)	Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)	
		Wartość energetyczna: 2869,35 kcal; Białko ogółem: 117,40 g; Tłuszcz: 105,81 g; Kw. tł. nasy.: 42,85 g; Węglowodany ogółem: 375,48 g; W tym cukry: 80,55 g; Błonnik pok.: 35,02 g; Sól: 10,40 g;	Wartość energetyczna: 2519,27 kcal; Białko ogółem: 98,47 g; Tłuszcz: 85,12 g; Kw. tł. nasy.: 35,37 g; Węglowodany ogółem: 353,04 g; W tym cukry: 84,77 g; Błonnik pok.: 31,87 g; Sól: 7,98 g;	Wartość energetyczna: 2493,35 kcal; Białko ogółem: 98,40 g; Tłuszcz: 74,92 g; Kw. tł. nasy.: 34,44 g; Węglowodany ogółem: 368,99 g; W tym cukry: 106,27 g; Błonnik pok.: 30,75 g; Sól: 8,02 g;	Wartość energetyczna: 2637,63 kcal; Białko ogółem: 102,68 g; Tłuszcz: 74,83 g; Kw. tł. nasy.: 33,81 g; Węglowodany ogółem: 402,06 g; W tym cukry: 109,36 g; Błonnik pok.: 31,74 g; Sól: 7,74 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: 2372,43 kcal; Białko ogółem: 111,72 g; Tłuszcz: 82,93 g; Kw. tł. nasy.: 36,41 g; Węglowodany ogółem: 312,26 g; W tym cukry: 61,28 g; Błonnik pok.: 36,98 g; Sól: 9,45 g;	Wartość energetyczna: 2477,44 kcal; Białko ogółem: 101,02 g; Tłuszcz: 85,12 g; Kw. tł. nasy.: 36,66 g; Węglowodany ogółem: 339,20 g; W tym cukry: 69,48 g; Błonnik pok.: 34,40 g; Sól: 9,29 g;	Wartość energetyczna: 2527,66 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: 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: 2637,33 kcal; Białko ogółem: 117,79 g; Tłuszcz: 84,35 g; Kw. tł. nasy.: 36,50 g; Węglowodany ogółem: 374,36 g; W tym cukry: 106,28 g; Błonnik pok.: 31,03 g; Sól: 6,80 g;	Wartość energetyczna: 2806,81 kcal; Białko ogółem: 117,79 g; Tłuszcz: 87,89 g; Kw. tł. nasy.: 39,54 g; Węglowodany ogółem: 400,35 g; W tym cukry: 98,07 g; Błonnik pok.: 38,82 g; Sól: 8,31 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwostrawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
2024-09-22, niedziela	II SN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml										
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>) Ziemniaki 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 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 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 gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (<u>SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () 700 g (<u>GLU PSZ JAW SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 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 gotowane () 200 g Kotlety sojowe 100 g (<u>SOL</u>) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (<u>SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (<u>SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)										Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 20g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100g (<u>MLE</u>) Pomidor 80g Salata lodowa 20g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 20g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100g (<u>MLE</u>) Salata lodowa 20g Pomidor 80g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 20g (<u>MLE</u>) Twarożek 100g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250ml Sok pomidorowy 200ml	Bułka pszenna długa krojona 100g (<u>GLU PSZ</u>) Masło 83% tł. 20g (<u>MLE</u>) Twarożek 100g (<u>MLE</u>) Jarzynowa z ryżem dieta () 400ml (<u>MLE SEL</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250ml Sok pomidorowy 200ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700g (<u>JAW SEL</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250ml	Chleb Graham 100g (<u>GLU PSZ</u>) Masło 83% tł. 20g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100g (<u>MLE</u>) Pomidor 80g Salata lodowa 20g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 20g (<u>MLE</u>) Twarożek 100g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250ml Sok pomidorowy 200ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 20g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100g (<u>MLE</u>) Pomidor 80g Salata lodowa 20g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250ml	Chleb bezglutenowy 100g Masło 83% tł. 20g (<u>MLE</u>) Twarożek 100g (<u>MLE</u>) Salata lodowa 20g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 20g (<u>MLE</u>) Ser topiony 50g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 20g (<u>MLE</u>) Ser topiony 50g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250ml Sok pomidorowy 200ml	Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>)
PN	Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>)					Kanaпка 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>)		Kanaпка z szynką drobiową RYD (chleb razowy 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>)		Kanaпка z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT</u>) Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>)
	Wartość energetyczna: 2381,45 kcal; Białko ogółem: 106,90 g; Tłuszcz: 93,87 g; Kw. tł. nasy.: 42,07 g; Węglowodany ogółem: 287,43 g; W tym cukry: 65,97 g; Błonnik pok.: 25,69 g; Sól: 7,45 g;	Wartość energetyczna: 2148,81 kcal; Białko ogółem: 106,82 g; Tłuszcz: 75,55 g; Kw. tł. nasy.: 36,70 g; Węglowodany ogółem: 270,64 g; W tym cukry: 55,41 g; Błonnik pok.: 21,62 g; Sól: 6,69 g;	Wartość energetyczna: 2036,68 kcal; Białko ogółem: 85,90 g; Tłuszcz: 58,69 g; Kw. tł. nasy.: 31,96 g; Węglowodany ogółem: 301,66 g; W tym cukry: 80,58 g; Błonnik pok.: 27,04 g; Sól: 7,39 g;	Wartość energetyczna: 2484,77 kcal; Białko ogółem: 113,84 g; Tłuszcz: 70,02 g; Kw. tł. nasy.: 36,91 g; Węglowodany ogółem: 362,55 g; W tym cukry: 59,91 g; Błonnik pok.: 30,93 g; Sól: 7,54 g;	Wartość energetyczna: 2553,15 kcal; Białko ogółem: 126,73 g; Tłuszcz: 120,08 g; Kw. tł. nasy.: 28,52 g; Węglowodany ogółem: 250,12 g; W tym cukry: 109,32 g; Błonnik pok.: 22,44 g; Sól: 4,16 g;	Wartość energetyczna: 2326,55 kcal; Białko ogółem: 120,38 g; Tłuszcz: 82,76 g; Kw. tł. nasy.: 39,81 g; Węglowodany ogółem: 288,05 g; W tym cukry: 65,24 g; Błonnik pok.: 30,66 g; Sól: 7,51 g;	Wartość energetyczna: 2224,15 kcal; Białko ogółem: 94,04 g; Tłuszcz: 62,07 g; Kw. tł. nasy.: 34,82 g; Węglowodany ogółem: 293,51 g; W tym cukry: 65,05 g; Błonnik pok.: 29,45 g; Sól: 8,94 g;	Wartość energetyczna: 2140,48 kcal; Białko ogółem: 199,47 kcal; Białko ogółem: 85,11 g; Tłuszcz: 76,34 g; Kw. tł. nasy.: 33,63 g; Węglowodany ogółem: 244,95 g; W tym cukry: 65,60 g; Błonnik pok.: 16,16 g; Sól: 3,59 g;	Wartość energetyczna: 1994,77 kcal; Białko ogółem: 95,52 g; Tłuszcz: 84,52 g; Kw. tł. nasy.: 42,62 g; Węglowodany ogółem: 282,57 g; W tym cukry: 52,30 g; Błonnik pok.: 23,24 g; Sól: 8,46 g;	Wartość energetyczna: 2450,19 kcal; Białko ogółem: 112,37 g; Tłuszcz: 90,15 g; Kw. tł. nasy.: 43,69 g; Węglowodany ogółem: 309,61 g; W tym cukry: 52,30 g; Błonnik pok.: 25,66 g; Sól: 9,81 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 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
2024-09-23 poniedziałek	<p>Śniadanie</p> <p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek kiszony 80 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Salata zielona 20 g</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok marchwiowy 200 ml</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml</p>	<p>Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p>	<p>Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek kiszony 80 g Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Salata zielona 20 g</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek kiszony 80 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Salata zielona 20 g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml</p>
II SN	Kisiel o smaku malinowym b/c 200 ml										
Obiad	<p>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</p>	<p>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</p>			<p>Płynna odżywcza - barszcz czerwony z ziemniakami () RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLUPSZ, 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</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLUPSZ, 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</p>	<p>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</p>	<p>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</p>	<p>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</p>	<p>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</p>
PD	Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE .)										
Kolacja	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec () 100 g (SEL.) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec () 100 g (SEL.) Pomidor 90 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec () 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec () 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec () 100 g (SEL.) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec () 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec () 100 g (SEL.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec () 100 g (SEL.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser zółty 50 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser zółty 50 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml</p>
PN	<p>Pieczyczo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)</p>		<p>Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)</p>		<p>Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)</p>	<p>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.)</p>	<p>Pieczyczo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)</p>	<p>Wafle ryżowe 20 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)</p>	<p>Pieczyczo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)</p>	<p>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.)</p>	
	<p>Wartość energetyczna: 2431.15 kcal; Białko ogółem: 86.66 g; Tłuszcz: 74.57 g; Kw. tł. nasy.: 38.42 g; Węglowodany ogółem: 361.91 g; W tym cukry: 75.73 g; Błonnik pok.: 28.68 g; Sól: 7.95 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2405.97 kcal; Białko ogółem: 83.61 g; Tłuszcz: 73.02 g; Kw. tł. nasy.: 38.11 g; Węglowodany ogółem: 363.27 g; W tym cukry: 77.64 g; Błonnik pok.: 22.18 g; Sól: 6.51 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2450.26 kcal; Białko ogółem: 84.20 g; Tłuszcz: 72.95 g; Kw. tł. nasy.: 38.10 g; Węglowodany ogółem: 372.33 g; W tym cukry: 87.13 g; Błonnik pok.: 23.21 g; Sól: 7.35 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2495.40 kcal; Białko ogółem: 89.71 g; Tłuszcz: 72.56 g; Kw. tł. nasy.: 37.66 g; Węglowodany ogółem: 380.62 g; W tym cukry: 91.40 g; Błonnik pok.: 24.43 g; Sól: 7.35 g;</p>	<p>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;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2211.00 kcal; Białko ogółem: 83.24 g; Tłuszcz: 72.28 g; Kw. tł. nasy.: 37.76 g; Węglowodany ogółem: 329.80 g; W tym cukry: 47.51 g; Błonnik pok.: 33.47 g; Sól: 8.02 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2226.86 kcal; Białko ogółem: 77.83 g; Tłuszcz: 70.45 g; Kw. tł. nasy.: 37.50 g; Węglowodany ogółem: 329.80 g; W tym cukry: 58.43 g; Błonnik pok.: 24.82 g; Sól: 8.73 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2460.93 kcal; Białko ogółem: 81.14 g; Tłuszcz: 83.03 g; Kw. tł. nasy.: 47.85 g; Węglowodany ogółem: 297.11 g; W tym cukry: 71.56 g; Błonnik pok.: 18.38 g; Sól: 7.44 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 1980.77 kcal; Białko ogółem: 50.55 g; Tłuszcz: 67.91 g; Kw. tł. nasy.: 31.19 g; Węglowodany ogółem: 386.05 g; W tym cukry: 83.32 g; Błonnik pok.: 22.25 g; Sól: 8.17 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2541.10 kcal; Białko ogółem: 88.17 g; Tłuszcz: 78.01 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;</p>	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwostrawna płynna	KRK- RYD 6/C3/P7 z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 z ogr.łatwo przys.węgl.Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
2024-09-24 Wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmieńne na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb Graham 70 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Piersz delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>) Pomidor 80 g	Płatki jęczmieńne na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Piersz delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>)	Płatki jęczmieńne na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Piersz delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>)	Płatki jęczmieńne na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>) Piersz delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Sok wielowarzynny 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>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>) Piersz delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>) Piersz delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>) Piersz delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g	Płatki jęczmieńne na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Piersz delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki jęczmieńne na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Piersz delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki jęczmieńne na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Piersz delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
		II SN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)								
2024-09-24 Wtorek	Obiad	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos pietruszkowy () 100 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos pietruszkowy () 100 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g 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>GLUPSZ, JAJ, SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos pietruszkowy () 100 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Sok wielowarzynny 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 gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos pietruszkowy () 100 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlety z buraka i kaszy jęczmieńnej 300 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, GLU, JECZ.</u>) Surowka wielowarzynna z olejem b/c () 200 g (<u>SEL.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony (bez glutenu) 100 g Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (<u>MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos pietruszkowy () 100 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
		PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml								
2024-09-24 Wtorek	Kolacja	Rzodkiew biała 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Serek naturalny Bieluch 100 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</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	Rzodkiew biała 80 g 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>) Sałata zielona 20 g 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>) Serek naturalny Bieluch 100 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Rzodkiew biała 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata 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-warzynny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowo-warzynny 100g-produkt pasteryzowany 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 (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Mus owocowo-warzynny 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-warzynny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowo-warzynny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowo-warzynny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowo-warzynny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (<u>GLU, PSZ, MLE, GLU, ŻYT.</u>) Mus owocowo-warzynny 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-warzynny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
	Wartość energetyczna: 2275.13 kcal; Białko ogółem: 106.19 g; Tłuszcz: 69.63 g; Kw. tł. nasy.: 33.67 g; Węglowodany ogółem: 320.40 g; W tym cukry: 60.59 g; Błonnik pok.: 31.38 g; Sól: 7.83 g;	Wartość energetyczna: 2242.51 kcal; Białko ogółem: 100.59 g; Tłuszcz: 67.68 g; Kw. tł. nasy.: 33.51 g; Węglowodany ogółem: 320.92 g; W tym cukry: 65.78 g; Błonnik pok.: 30.77 g; Sól: 7.45 g;	Wartość energetyczna: 2455.29 kcal; Białko ogółem: 109.13 g; Tłuszcz: 75.73 g; Kw. tł. nasy.: 37.46 g; Węglowodany ogółem: 346.88 g; W tym cukry: 74.89 g; Błonnik pok.: 33.86 g; Sól: 7.23 g;	Wartość energetyczna: 2670.56 kcal; Białko ogółem: 115.47 g; Tłuszcz: 83.25 g; Kw. tł. nasy.: 37.56 g; Węglowodany ogółem: 377.41 g; W tym cukry: 78.49 g; Błonnik pok.: 34.69 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: 2084.23 kcal; Białko ogółem: 101.56 g; Tłuszcz: 64.75 g; Kw. tł. nasy.: 32.21 g; Węglowodany ogółem: 290.06 g; W tym cukry: 52.20 g; Błonnik pok.: 35.97 g; Sól: 7.37 g;	Wartość energetyczna: 2358.37 kcal; Białko ogółem: 102.04 g; Tłuszcz: 71.33 g; Kw. tł. nasy.: 36.97 g; Węglowodany ogółem: 338.05 g; W tym cukry: 63.39 g; Błonnik pok.: 33.33 g; Sól: 9.91 g;	Wartość energetyczna: 2409.15 kcal; Białko ogółem: 76.69 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: 1786.15 kcal; Białko ogółem: 64.52 g; Tłuszcz: 61.15 g; Kw. tł. nasy.: 33.46 g; Węglowodany ogółem: 251.54 g; W tym cukry: 40.44 g; Błonnik pok.: 22.42 g; Sól: 3.64 g;	Wartość energetyczna: 2334.79 kcal; Białko ogółem: 101.46 g; Tłuszcz: 67.83 g; Kw. tł. nasy.: 33.46 g; Węglowodany ogółem: 341.18 g; W tym cukry: 74.89 g; Błonnik pok.: 33.86 g; Sól: 7.41 g;	Wartość energetyczna: 2556.76 kcal; Białko ogółem: 116.32 g; Tłuszcz: 73.46 g; Kw. tł. nasy.: 34.53 g; Węglowodany ogółem: 368.23 g; W tym cukry: 73.73 g; Błonnik pok.: 36.28 g; Sól: 8.76 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwostrawna z ogr. tłuszczy	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.tłuszczy	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Sniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb Graham 70 g (<u>GLU PSZ.</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>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</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>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</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>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>) Sok pomidorowy 200 ml	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>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>) Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>MLE.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</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>) Ser topiony 50 g (<u>MLE.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Ser topiony 50 g (<u>MLE.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml									
Obiad	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL, GOR.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Pieczeń ryżyska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surowka z marchwi z olejem b/c () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pieczeń ryżyska wieprzowa 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana (R) RYD 700 g (<u>JAJ, SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana (R) RYD 700 g (<u>JAJ, SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pieczeń ryżyska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surowka z marchwi z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pieczeń ryżyska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Curry warzywne z ciecierzycą () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surowka z marchwi z olejem b/c () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Pieczeń ryżyska wieprzowa (bez glutenu) 100 g (<u>JAJ.</u>) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 100 ml (<u>SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pieczeń ryżyska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	
	PD	Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)									
Kolacja	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>) Paprykarz szcześciński 100 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 100 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Polegawka premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (<u>SEL.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Polegawka premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (<u>SOJ.</u>) Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (<u>SEL.</u>)	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem dieta (R) RYD 700 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz szcześciński 100 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (<u>SEL.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (<u>SEL.</u>)	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>MLE.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Polegawka premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 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>) Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Polegawka premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (<u>SEL.</u>)
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (<u>MLE.</u>)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (<u>MLE.</u>)		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (<u>MLE.</u>)		
	Wartość energetyczna: 2813,90 kcal; Białko ogółem: 105,79 g; Tłuszcz: 112,54 g; Kw. tł. nasy.: 50,30 g; Węglowodany ogółem: 361,33 g; W tym cukry: 77,58 g; Błonnik pok.: 35,03 g; Sól: 10,33 g;	Wartość energetyczna: 2638,23 kcal; Białko ogółem: 110,46 g; Tłuszcz: 96,30 g; Kw. tł. nasy.: 39,98 g; Węglowodany ogółem: 367,39 g; W tym cukry: 72,13 g; Błonnik pok.: 27,46 g; Sól: 6,10 g;	Wartość energetyczna: 2639,79 kcal; Białko ogółem: 107,28 g; Tłuszcz: 91,48 g; Kw. tł. nasy.: 40,46 g; Węglowodany ogółem: 378,63 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.: 39,45 g; Węglowodany ogółem: 351,29 g; W tym cukry: 105,92 g; Błonnik pok.: 23,35 g; Sól: 4,37 g;	Wartość energetyczna: 2592,70 kcal; Białko ogółem: 108,58 g; Tłuszcz: 90,93 g; Kw. tł. nasy.: 39,45 g; Węglowodany ogółem: 351,29 g; W tym cukry: 70,80 g; Błonnik pok.: 33,94 g; Sól: 9,03 g;	Wartość energetyczna: 2622,83 kcal; Białko ogółem: 100,87 g; Tłuszcz: 87,00 g; Kw. tł. nasy.: 39,56 g; Węglowodany ogółem: 369,55 g; W tym cukry: 74,81 g; Błonnik pok.: 29,72 g; Sól: 9,59 g;	Wartość energetyczna: 2537,19 kcal; Białko ogółem: 85,08 g; Tłuszcz: 91,18 g; Kw. tł. nasy.: 44,12 g; Węglowodany ogółem: 358,58 g; W tym cukry: 77,80 g; Błonnik pok.: 31,23 g; Sól: 8,09 g;	Wartość energetyczna: 2126,86 kcal; Białko ogółem: 75,37 g; Tłuszcz: 86,08 g; Kw. tł. nasy.: 34,06 g; Węglowodany ogółem: 263,80 g; W tym cukry: 42,44 g; Błonnik pok.: 13,33 g; Sól: 3,17 g;	Wartość energetyczna: 2742,84 kcal; Białko ogółem: 101,24 g; Tłuszcz: 110,68 g; Kw. tł. nasy.: 50,42 g; Węglowodany ogółem: 346,66 g; W tym cukry: 78,30 g; Błonnik pok.: 30,43 g; Sól: 9,81 g;	Wartość energetyczna: 3015,11 kcal; Białko ogółem: 109,75 g; Tłuszcz: 115,08 g; Kw. tł. nasy.: 53,88 g; Węglowodany ogółem: 397,11 g; W tym cukry: 95,49 g; Błonnik pok.: 32,89 g; Sól: 11,34 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwostrawna z ogr. tłuszczy	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.tłuszczy	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb Graham 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE,</u>) Serek śniadaniowy ze szczyptorkiem 80g 1 szt (<u>MLE,</u>) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) 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>) Z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE,</u>) Sok pomidorowy 200 ml	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	Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE,</u>) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Serek śniadaniowy ze szczyptorkiem 80g 1 szt (<u>MLE,</u>) Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Roszponka 10 g	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE,</u>) 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 mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE,</u>) Sok pomidorowy 200 ml	
II ŚN	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>) Mieso 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* 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>) Frytata z jajkiem 350 g (<u>JAJ, MLE, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Makaron bezglutenowy 200 g Pieczeń wołowa 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Pieczeń wołowa 100 g 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 (bez glutenu) 100 ml 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>)											
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>) Paszet z fasoli () 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE,</u>) Szynka piastowska-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	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE,</u>) Szynka piastowska-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>GLUPSZ,</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>GLUPSZ, 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>) Sałata 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>) 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 mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE,</u>) Szynka piastowska-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	Chleb mieszany 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>)											
	Kanaпка z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (<u>może zawierać: GLUPSZ, MLE, SEZ,</u>)					Kanaпка z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,</u>) Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE,</u>)					Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE,</u>)	Kanaпка z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,</u>) Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (<u>może zawierać: GLUPSZ, 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; Sol: 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; Sol: 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; Sol: 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: 72,29 g; Błonnik pok.: 27,26 g; Sol: 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; Sol: 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; Sol: 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: 63,12 g; Błonnik pok.: 25,18 g; Sol: 8,78 g;	Wartość energetyczna: 2271,41 kcal; Białko ogółem: 73,78 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; Sol: 4,75 g;	Wartość energetyczna: 1956,33 kcal; Białko ogółem: 73,78 g; Tłuszcz: 69,41 g; Kw. tł. nasy.: 29,30 g; Węglowodany ogółem: 257,05 g; W tym cukry: 42,72 g; Błonnik pok.: 10,69 g; Sol: 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; Sol: 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; Sol: 10,07 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwostrawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c		
2024-09-27 piątek	Smiadanie	Zacierka na mleku 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Powiedla sliwkowe 60 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Zacierka na mleku 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Marmolada wieloowcowa 60 g (S02.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Marmolada wieloowcowa 60 g (S02.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Marmolada wieloowcowa 60 g (S02.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Salata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Powiedla sliwkowe 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Marmolada wieloowcowa 60 g (S02.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Marmolada wieloowcowa 60 g (S02.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	
	II ŚN					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.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU, JECZ.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU, JECZ.) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy * 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - krupnik () RYD 700 g (JAJ, SEL, GLU, JECZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU, JECZ.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU, JECZ.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU, JECZ.) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet jaglany z serem top i pietruszką 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Warzywa po grecku (bez glutenu) () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku (z glutenu) () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU, JECZ.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU, JECZ.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU, JECZ.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU, JECZ.) Ziemniaki gotowane () 200 g 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% tł 1 Por (MLE.)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (JAJ, MLE, GOR.) 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 ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z białek 100 g (JAJ, MLE.) Jarzynowa z makaronem diety () 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, JAJ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (JAJ, MLE, GOR.) 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.) Pasta z białek 100 g (JAJ, MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z białek 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z białek 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml
PN		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt					Kanaпка z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Kanaпка z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		
	Wartość energetyczna: 2772,69 kcal; Białko ogółem: 100,60 g; Tłuszcz: 101,35 g; Kw. tł. nasy.: 37,34 g; Węglowodany ogółem: 374,93 g; W tym cukry: 94,81 g; Błonnik pok.: 31,18 g; Sól: 6,67 g;	Wartość energetyczna: 2531,83 kcal; Białko ogółem: 100,00 g; Tłuszcz: 78,10 g; Kw. tł. nasy.: 35,67 g; Węglowodany ogółem: 365,86 g; W tym cukry: 77,09 g; Błonnik pok.: 29,41 g; Sól: 5,79 g;	Wartość energetyczna: 2650,53 kcal; Białko ogółem: 108,16 g; Tłuszcz: 84,18 g; Kw. tł. nasy.: 37,52 g; Węglowodany ogółem: 371,84 g; W tym cukry: 84,02 g; Błonnik pok.: 29,73 g; Sól: 6,24 g;	Wartość energetyczna: 2834,39 kcal; Białko ogółem: 112,29 g; Tłuszcz: 84,88 g; Kw. tł. nasy.: 37,54 g; Węglowodany ogółem: 371,84 g; W tym cukry: 88,88 g; Błonnik pok.: 31,72 g; Sól: 6,39 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: 2234,11 kcal; Białko ogółem: 113,03 g; Tłuszcz: 77,46 g; Kw. tł. nasy.: 34,26 g; Węglowodany ogółem: 334,94 g; W tym cukry: 49,57 g; Błonnik pok.: 33,79 g; Sól: 6,76 g;	Wartość energetyczna: 2486,90 kcal; Białko ogółem: 115,62 g; Tłuszcz: 80,44 g; Kw. tł. nasy.: 35,95 g; Węglowodany ogółem: 297,60 g; W tym cukry: 73,31 g; Błonnik pok.: 32,05 g; Sól: 7,77 g;	Wartość energetyczna: 2729,40 kcal; Białko ogółem: 74,33 g; Tłuszcz: 102,74 g; Kw. tł. nasy.: 39,17 g; Węglowodany ogółem: 386,53 g; W tym cukry: 94,79 g; Błonnik pok.: 29,72 g; Sól: 6,55 g;	Wartość energetyczna: 2071,19 kcal; Białko ogółem: 65,91 g; Tłuszcz: 70,31 g; Kw. tł. nasy.: 28,87 g; Węglowodany ogółem: 297,60 g; W tym cukry: 52,59 g; Błonnik pok.: 22,84 g; Sól: 2,86 g;	Wartość energetyczna: 2477,19 kcal; Białko ogółem: 92,87 g; Tłuszcz: 72,53 g; Kw. tł. nasy.: 33,82 g; Węglowodany ogółem: 370,11 g; W tym cukry: 83,32 g; Błonnik pok.: 29,73 g; Sól: 5,64 g;	Wartość energetyczna: 2670,77 kcal; Białko ogółem: 116,72 g; Tłuszcz: 80,50 g; Kw. tł. nasy.: 39,06 g; Węglowodany ogółem: 380,36 g; W tym cukry: 92,16 g; Błonnik pok.: 33,09 g; Sól: 7,52 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 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
2024-09-28 sobota	II ŚN	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, OW.</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>) Ser zółty 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)</p> <p>Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, OW.</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 zółty 50 g (<u>MLE</u>) Szynka soltyśa wędzona parzona 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)</p> <p>Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, OW.</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 zółty 50 g (<u>MLE</u>) Szynka soltyśa wędzona parzona 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)</p> <p>Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, OW.</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 zółty 50 g (<u>MLE</u>) Szynka soltyśa wędzona parzona 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)</p> <p>Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (<u>MLE, GLU OW.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)</p> <p>Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Ser zółty 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sok marchwiowy 200 ml</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Ser zółty 50 g (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sok marchwiowy 200 ml</p> <p>Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, OW.</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 zółty 50 g (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sok marchwiowy 200 ml</p> <p>Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, OW.</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 zółty 50 g (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sok marchwiowy 200 ml</p>									
	Obiad	<p>Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kociłek meksykański z kurczakiem i fasolą 350 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> <p>Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> <p>Płynna odżywcza - koperkowa z ziemniakami () RYD 700 g (<u>JAJ, SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> <p>Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy () 100 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> <p>Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 350 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> <p>Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (<u>JAJ.</u>) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (<u>MLE.</u>) Sałatka z buraczek i jabłka z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> <p>Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy () 100 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>									
	PD	<p>Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)</p>									
	Kolacja	<p>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>) Pasztet Ciecchanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wędzanych pieczony 70 g (<u>GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłone niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłone niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłone niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml</p> <p>Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (<u>JAJ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml</p> <p>Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłone niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Sałatka z ciecierzycy pomidora i ogórka kiszzonego 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml</p> <p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Pasztet Ciecchanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wędzanych pieczony 70 g (<u>GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłone niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml</p> <p>Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</u>) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (<u>MLE.</u>)</p> <p>Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</u>) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (<u>MLE.</u>)</p> <p>Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (<u>MLE.</u>) Wafle ryżowe 20 g</p> <p>Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (<u>MLE.</u>) Wafle ryżowe 20 g</p> <p>Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (<u>MLE.</u>) Wafle ryżowe 20 g</p>									
	PN	<p>Wartość energetyczna: 2668,05 kcal; Białko ogółem: 104,28 g; Tłuszcz: 100,26 g; Kw. tł. nasy.: 49,99 g; Węglowodany ogółem: 345,53 g; W tym cukry: 65,45 g; Błonnik pok.: 29,71 g; Sol: 9,13 g;</p> <p>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; Sol: 7,52 g;</p> <p>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; Sol: 8,69 g;</p> <p>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; Sol: 8,44 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2475,68 kcal; Białko ogółem: 104,47 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; Sol: 4,39 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2499,08 kcal; Białko ogółem: 104,47 g; Tłuszcz: 90,49 g; Kw. tł. nasy.: 46,80 g; Węglowodany ogółem: 335,73 g; W tym cukry: 69,48 g; Błonnik pok.: 35,19 g; Sol: 9,04 g;</p> <p>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; Sol: 9,80 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2724,02 kcal; Białko ogółem: 96,83 g; Tłuszcz: 91,80 g; Kw. tł. nasy.: 46,58 g; Węglowodany ogółem: 393,94 g; W tym cukry: 72,58 g; Błonnik pok.: 40,48 g; Sol: 8,53 g;</p> <p>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; Sol: 4,28 g;</p> <p>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; Sol: 8,92 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2934,87 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; Sol: 10,41 g;</p>									

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 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	
Smiadanie	Chleb Graham 70 g (<u>GLU PSZ</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Rzodkiew biała 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza jęczmienna na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (<u>MLE, GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Rzodkiew biała 80 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Rzodkiew biała 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) 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 (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sok pomidorowy 200 ml	
II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml										Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	
Obiad	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Mieso wieprzowe (schab) mielone 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - pomidorowa z zacierką () RYD 700 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Mizéria 100 g (<u>MLE</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Zapiekanka z ziemniokami i warzyw z jablem () 350 g (<u>JAJ, MLE, SEL.</u>) Mizéria 200 g (<u>MLE</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 200 g (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE</u>)										Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (<u>MLE</u>)	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (<u>MLE</u>) Gryskowa () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - gryskowa () RYD 700 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	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	
PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt										Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb rązowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT</u>) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2260.15 kcal; Białko ogółem: 86.17 g; Tłuszcz: 75.78 g; Kw. tł. nasy.: 35.52 g; Węglowodany ogółem: 319.26 g; W tym cukry: 69.20 g; Błonnik pok.: 27.55 g; Sól: 6.23 g;	Wartość energetyczna: 2195.31 kcal; Białko ogółem: 93.67 g; Tłuszcz: 69.10 g; Kw. tł. nasy.: 33.97 g; Węglowodany ogółem: 312.59 g; W tym cukry: 77.15 g; Błonnik pok.: 31.77 g; Sól: 6.89 g;	Wartość energetyczna: 2210.49 kcal; Białko ogółem: 94.11 g; Tłuszcz: 69.28 g; Kw. tł. nasy.: 34.02 g; Węglowodany ogółem: 315.84 g; W tym cukry: 99.89 g; Błonnik pok.: 32.55 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 2724.85 kcal; Białko ogółem: 114.70 g; Tłuszcz: 85.60 g; Kw. tł. nasy.: 38.38 g; Węglowodany ogółem: 244.26 g; W tym cukry: 97.63 g; Błonnik pok.: 24.53 g; Sól: 4.17 g;	Wartość energetyczna: 2154.65 kcal; Białko ogółem: 127.77 g; Tłuszcz: 117.88 g; Kw. tł. nasy.: 28.18 g; Węglowodany ogółem: 288.52 g; W tym cukry: 54.92 g; Błonnik pok.: 35.34 g; Sól: 7.06 g;	Wartość energetyczna: 2154.65 kcal; Białko ogółem: 114.55 g; Tłuszcz: 66.68 g; Kw. tł. nasy.: 34.04 g; Węglowodany ogółem: 288.52 g; W tym cukry: 72.69 g; Błonnik pok.: 34.97 g; Sól: 9.28 g;	Wartość energetyczna: 2340.96 kcal; Białko ogółem: 108.55 g; Tłuszcz: 70.16 g; Kw. tł. nasy.: 33.47 g; Węglowodany ogółem: 292.56 g; W tym cukry: 72.69 g; Błonnik pok.: 34.97 g; Sól: 6.32 g;	Wartość energetyczna: 2292.56 kcal; Białko ogółem: 66.18 g; Tłuszcz: 98.14 g; Kw. tł. nasy.: 42.28 g; Węglowodany ogółem: 285.41 g; W tym cukry: 74.63 g; Błonnik pok.: 25.22 g; Sól: 6.32 g;	Wartość energetyczna: 2031.45 kcal; Białko ogółem: 72.32 g; Tłuszcz: 70.38 g; Kw. tł. nasy.: 30.92 g; Węglowodany ogółem: 285.41 g; W tym cukry: 68.42 g; Błonnik pok.: 26.56 g; Sól: 3.95 g;	Wartość energetyczna: 2210.49 kcal; Białko ogółem: 94.11 g; Tłuszcz: 69.28 g; Kw. tł. nasy.: 34.02 g; Węglowodany ogółem: 315.84 g; W tym cukry: 79.65 g; Błonnik pok.: 32.55 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 2378.96 kcal; Białko ogółem: 108.35 g; Tłuszcz: 73.16 g; Kw. tł. nasy.: 35.49 g; Węglowodany ogółem: 335.79 g; W tym cukry: 79.65 g; Błonnik pok.: 34.97 g; Sól: 9.29 g;	

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenicy,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
SO2 - 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,