

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-03-31 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzycowa niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c								
2024-03-18 poniedziałek	II ŚNIADANIE	Platki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb Graham 70 g	Platki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szyzkowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbozowa z mliekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u> )	Platki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szyzkowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbozowa z mliekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u> ) Sok pomidorowy 200 ml	Platki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Bułka pszenna dluga krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szyzkowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g Kawa zbozowa z mliekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u> ) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Kawa zbozowa z mliekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u> )	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ) Kawa zbozowa z mliekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u> )	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szyzkowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbozowa z mliekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u> ) Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szyzkowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g Kawa zbozowa z mliekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u> ) Sok pomidorowy 200 ml	Platki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szyzkowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Platki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szyzkowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g Kawa zbozowa z mliekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u> ) Sok pomidorowy 200 ml									
		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml											Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml							
		2024-03-18 poniedziałek	OBIAD	Fasolowa z ziemniakami (I) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Nalesznik z serem 350 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Mus z jabłek (I) z/c 80 g ( <u>MLE</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami (I) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Twarog półtusty 100 g ( <u>MLE</u> ) Mus z jabłek (I) z/c 80 g ( <u>MLE</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - dyniowa z ziemniakami (I) RYD 700 g ( <u>JAJ, SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD (I) 700 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami (I) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Makaron pełnoziarnisty 200g ( <u>GLU PSZ</u> ) Twarog półtusty 100 g ( <u>MLE</u> ) Mus z jabłek (I) b/c 80 g ( <u>MLE</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami (I) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Twarog półtusty 100 g ( <u>MLE</u> ) Mus z jabłek (I) z/c 80 g ( <u>MLE</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami (I) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Twarog półtusty 100 g ( <u>MLE</u> ) Mus z jabłek (I) z/c 80 g ( <u>MLE</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami (bez glutenu) (I) 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Makaron bezglutenowy 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Twarog półtusty 100 g ( <u>MLE</u> ) Mus z jabłek (I) z/c 80 g ( <u>MLE</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami (I) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Twarog półtusty 100 g ( <u>MLE</u> ) Mus z jabłek (I) z/c 80 g ( <u>MLE</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami (I) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Twarog półtusty 100 g ( <u>MLE</u> ) Mus z jabłek (I) z/c 80 g ( <u>MLE</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami (I) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Twarog półtusty 100 g ( <u>MLE</u> ) Mus z jabłek (I) z/c 80 g ( <u>MLE</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt						
				Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml ( <u>MLE</u> )											Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml ( <u>MLE</u> )					
				2024-03-18 poniedziałek	KOLACJA	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ) Jaryznowa z ryżem dieta (I) 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płynna odżywcza - jaryznowa z ryżem (I) RYD 700 g ( <u>JAJ, SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD (I) 700 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>MLE</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	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> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt				
						Serek Almette mini 30g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Wafle ryżowe 20 g											Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT</u> ) Serek Almette mini 30g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Serek Almette mini 30g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Wafle ryżowe 20 g	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT</u> ) Serek Almette mini 30g 1 szt ( <u>MLE</u> )
						2024-03-18 poniedziałek	PN	Wartość energetyczna: 2906,91 kcal; Białko ogółem: 110,14 g; Tłuszcz: 65,51 g; Kw. tł. nasy.: 44,15 g; Węglowodany ogółem: 418,51 g; W tym cukry: 90,73 g; Błonnik pok.: 29,04 g; Sól: 7,89 g;	Wartość energetyczna: 2342,06 kcal; Białko ogółem: 86,77 g; Tłuszcz: 73,94 g; Kw. tł. nasy.: 41,24 g; Węglowodany ogółem: 338,04 g; W tym cukry: 61,86 g; Błonnik pok.: 21,37 g; Sól: 6,44 g;	Wartość energetyczna: 2416,81 kcal; Białko ogółem: 98,44 g; Tłuszcz: 71,54 g; Kw. tł. nasy.: 39,72 g; Węglowodany ogółem: 362,18 g; W tym cukry: 61,86 g; Błonnik pok.: 23,70 g; Sól: 7,22 g;	Wartość energetyczna: 2439,11 kcal; Białko ogółem: 104,05 g; Tłuszcz: 67,04 g; Kw. tł. nasy.: 36,28 g; Węglowodany ogółem: 362,18 g; W tym cukry: 70,49 g; Błonnik pok.: 24,31 g; Sól: 7,04 g;	Wartość energetyczna: 2367,74 kcal; Białko ogółem: 119,49 g; Tłuszcz: 118,02 g; Kw. tł. nasy.: 29,74 g; Węglowodany ogółem: 215,61 g; W tym cukry: 99,74 g; Błonnik pok.: 19,77 g; Sól: 4,76 g;	Wartość energetyczna: 2201,12 kcal; Białko ogółem: 96,02 g; Tłuszcz: 67,04 g; Kw. tł. nasy.: 41,18 g; Węglowodany ogółem: 301,40 g; W tym cukry: 47,36 g; Błonnik pok.: 33,74 g; Sól: 7,66 g;	Wartość energetyczna: 2233,07 kcal; Białko ogółem: 91,89 g; Tłuszcz: 68,20 g; Kw. tł. nasy.: 38,86 g; Węglowodany ogółem: 324,84 g; W tym cukry: 48,15 g; Błonnik pok.: 22,37 g; Sól: 7,88 g;	Wartość energetyczna: 2562,88 kcal; Białko ogółem: 93,87 g; Tłuszcz: 84,28 g; Kw. tł. nasy.: 43,17 g; Węglowodany ogółem: 366,58 g; W tym cukry: 59,31 g; Błonnik pok.: 26,97 g; Sól: 6,74 g;	Wartość energetyczna: 1881,85 kcal; Białko ogółem: 51,16 g; Tłuszcz: 67,83 g; Kw. tł. nasy.: 34,02 g; Węglowodany ogółem: 359,49 g; W tym cukry: 35,03 g; Błonnik pok.: 13,60 g; Sól: 2,65 g;	Wartość energetyczna: 2328,78 kcal; Białko ogółem: 72,79 g; Tłuszcz: 67,83 g; Kw. tł. nasy.: 38,83 g; Węglowodany ogółem: 369,49 g; W tym cukry: 62,16 g; Błonnik pok.: 25,66 g; Sól: 7,33 g;	Wartość energetyczna: 2440,52 kcal; Białko ogółem: 80,18 g; Tłuszcz: 74,03 g; Kw. tł. nasy.: 42,19 g; Węglowodany ogółem: 371,48 g; W tym cukry: 63,03 g; Błonnik pok.: 27,42 g; Sól: 8,86 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-03-31 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD 7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzycowa niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
II SN	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> .) Chleb Graham 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> .) 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt ( <u>MLE</u> .) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> .) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JEJCZ.</u> ) Papryka świeża 80 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> .) 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> .) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> .) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JEJCZ.</u> ) Jabłka prażone b/c 100 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> .) 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> .) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Twarożek 100 g ( <u>MLE</u> .) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JEJCZ.</u> ) Jabłka prażone b/c 100 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> .) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Twarożek 100 g ( <u>MLE</u> .) Jabłka prażone b/c 100 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JEJCZ.</u> )	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> .) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JEJCZ.</u> )	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> .) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JEJCZ.</u> )	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> .) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JEJCZ.</u> ) Jabłka prażone b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Twarożek 100 g ( <u>MLE</u> .) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JEJCZ.</u> ) Jabłka prażone b/c 100 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> .) 1 szt ( <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 śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt ( <u>MLE</u> .) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JEJCZ.</u> )	Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>MLE</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> .) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> .) 1 szt ( <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 śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt ( <u>MLE</u> .) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JEJCZ.</u> ) Jabłka prażone b/c 100 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt ( <u>MLE</u> .) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> .) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JEJCZ.</u> ) Jabłko pieczone 100 g
Obiad	Brokułowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Kasza jęczmienna/sypko 200g ( <u>GLU JEJCZ.</u> ) Bilka z szynki wieprzowej 100g ( <u>GLU PSZ</u> .) Sos meksykański 100 g ( <u>GLU PSZ</u> .) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Kasza jęczmienna/sypko 200g ( <u>GLU JEJCZ.</u> ) Bilka z szynki wieprzowej 100g ( <u>GLU PSZ</u> .) Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> .) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kasza jęczmienna/sypko 200g ( <u>GLU JEJCZ.</u> ) Brokułowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Bilka z szynki wieprzowej 100g ( <u>GLU PSZ</u> .) Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> .) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Kasza jęczmienna/sypko 200g ( <u>GLU JEJCZ.</u> ) Gulasz wieprzowy- dieta 200g ( <u>GLU PSZ</u> .) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - brokułowa z ziemniakami ( ) RYD 700 g ( <u>JAJ, SEL</u> .) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD ( ) 700 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> .) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Kasza jęczmienna/sypko 200g ( <u>GLU JEJCZ.</u> ) Bilka z szynki wieprzowej 100g ( <u>GLU PSZ</u> .) Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> .) Surówka z kapusty białej z olejem b/c ( ) 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Kasza jęczmienna/sypko 200g ( <u>GLU JEJCZ.</u> ) Gulasz solony z warzywami ( ) 200 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u> .) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Kasza jęczmienna/sypko 200g ( <u>GLU JEJCZ.</u> ) Gulasz solony z warzywami ( ) 200 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u> .) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Kasza jęczmienna/sypko 200g ( <u>GLU JEJCZ.</u> ) Gulasz solony z warzywami ( ) 200 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u> .) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Kasza jęczmienna/sypko 200g ( <u>GLU JEJCZ.</u> ) Gulasz solony z warzywami ( ) 200 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u> .) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
Kolacja	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> .) 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	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> .) Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g ( <u>SOJ</u> .) 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> .) Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g ( <u>SOJ</u> .) Sok pomidorowy 200ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g ( <u>SOJ</u> .) Ziemniaczana ( ) 400ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana ( ) RYD 700g ( <u>JAJ, SEL</u> .) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD ( ) 700 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u> .) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g ( <u>SOJ</u> .) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g ( <u>SOJ</u> .) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> .) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Tofu 50 g ( <u>SOJ</u> .) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>MLE</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rod.wędz.parzo z dodat.wody wost.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> .) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g ( <u>SOJ</u> .) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g ( <u>SOJ</u> .) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> .) Rogal masłany 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> .)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> .)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> .)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> .)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> .)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ZYT</u> .) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> .)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ZYT</u> .) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> .)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> .)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> .)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> .)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> .)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ZYT</u> .) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> .)
	Wartość energetyczna: 2870.24 kcal; Białko ogółem: 114.65 g; Tłuszcz: 101.89 g; Kw. tł. nasy.: 49.19 g; Węglowodany ogółem: 384.10 g; W tym cukry: 74.32 g; Błonnik pok.: 29.36 g; Sól: 6.98 g;	Wartość energetyczna: 2764.56 kcal; Białko ogółem: 117.82 g; Tłuszcz: 92.88 g; Kw. tł. nasy.: 40.49 g; Węglowodany ogółem: 372.64 g; W tym cukry: 73.89 g; Błonnik pok.: 24.93 g; Sól: 6.96 g;	Wartość energetyczna: 2824.00 kcal; Białko ogółem: 116.99 g; Tłuszcz: 93.27 g; Kw. tł. nasy.: 40.96 g; Węglowodany ogółem: 388.15 g; W tym cukry: 74.89 g; Błonnik pok.: 27.01 g; Sól: 7.73 g;	Wartość energetyczna: 3098.71 kcal; Białko ogółem: 127.93 g; Tłuszcz: 96.73 g; Kw. tł. nasy.: 42.73 g; Węglowodany ogółem: 440.58 g; W tym cukry: 78.20 g; Błonnik pok.: 30.61 g; Sól: 7.24 g;	Wartość energetyczna: 2322.55 kcal; Białko ogółem: 121.35 g; Tłuszcz: 117.90 g; Kw. tł. nasy.: 29.57 g; Węglowodany ogółem: 202.12 g; W tym cukry: 96.45 g; Błonnik pok.: 16.84 g; Sól: 4.01 g;	Wartość energetyczna: 2201.12 kcal; Białko ogółem: 138.42 g; Tłuszcz: 88.47 g; Kw. tł. nasy.: 41.18 g; Węglowodany ogółem: 218.94 g; W tym cukry: 79.50 g; Błonnik pok.: 10.75 g; Sól: 2.65 g;	Wartość energetyczna: 2384.79 kcal; Białko ogółem: 111.95 g; Tłuszcz: 86.09 g; Kw. tł. nasy.: 38.97 g; Węglowodany ogółem: 307.09 g; W tym cukry: 63.66 g; Błonnik pok.: 33.20 g; Sól: 7.14 g;	Wartość energetyczna: 2529.28 kcal; Białko ogółem: 104.56 g; Tłuszcz: 87.71 g; Kw. tł. nasy.: 39.63 g; Węglowodany ogółem: 343.79 g; W tym cukry: 62.43 g; Błonnik pok.: 28.38 g; Sól: 8.89 g;	Wartość energetyczna: 2725.15 kcal; Białko ogółem: 106.63 g; Tłuszcz: 83.64 g; Kw. tł. nasy.: 45.59 g; Węglowodany ogółem: 384.09 g; W tym cukry: 62.43 g; Błonnik pok.: 36.68 g; Sól: 5.30 g;	Wartość energetyczna: 2304.55 kcal; Białko ogółem: 81.25 g; Tłuszcz: 83.64 g; Kw. tł. nasy.: 33.46 g; Węglowodany ogółem: 268.00 g; W tym cukry: 48.17 g; Błonnik pok.: 16.18 g; Sól: 3.76 g;	Wartość energetyczna: 2994.19 kcal; Białko ogółem: 116.06 g; Tłuszcz: 112.63 g; Kw. tł. nasy.: 49.28 g; Węglowodany ogółem: 388.58 g; W tym cukry: 76.43 g; Błonnik pok.: 27.31 g; Sól: 8.72 g;	Wartość energetyczna: 3048.50 kcal; Białko ogółem: 128.61 g; Tłuszcz: 116.31 g; Kw. tł. nasy.: 49.28 g; Węglowodany ogółem: 382.41 g; W tym cukry: 84.97 g; Błonnik pok.: 29.03 g; Sól: 10.18 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-03-31 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzycowa niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
II / SN	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (GLUPSZ, SOJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g										Jabłko pieczone 150 g	
Obiad	Pieczarkowa z makaronem (l) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (l) 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy (l) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem (l) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta (l) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (l) 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy (l) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem (l) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem (l) RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD (l) 700 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem (l) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (l) 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy (l) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surowka z selera i jabłka z olejem (l) b/c 100 g (SEL.) Marchew gotowana z olejem (l) 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta (l) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (l) 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy (l) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surowka z selera i jabłka z olejem (l) b/c 100 g (SEL.) Marchew gotowana z olejem (l) 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) (l) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (l) 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (JAJ.) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (MLE.) Marchew gotowana z olejem (l) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem (l) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (l) 200 g Pulpet drobiowy k l M 2 szt (JAJ.) Sos pietruszkowy (l) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surowka z marchwi i chrzanu (l) 200 g (MLE, SOJ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) (l) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (l) 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (JAJ.) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (MLE.) Marchew gotowana z olejem (l) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta (l) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (l) 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy (l) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem (l) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) (l) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (l) 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (JAJ.) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (MLE.) Marchew gotowana z olejem (l) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) (l) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (l) 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy (l) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem (l) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE.)											Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE.)	
Kolejnia	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Paprykarz szczeciński 100g (RYB, SOJ.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Paprykarz ryбно (morszczuk)-warzywny (l) 100 g (RYB.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Grynszka (l) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Płynna odżywcza - grynszka (l) RYD 700 g (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD (l) 700 ml (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Paprykarz szczeciński 100g (RYB, SOJ.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Paprykarz ryбно (morszczuk)-warzywny (l) 100 g (RYB.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	
	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g				Sok pomidorowy 0,3l 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.)	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Wafle ryżowe 20 g	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g
	Wartość energetyczna: 2474.54 kcal; Białko ogółem: 98.72 g; Tłuszcz: 85.16 g; Kw. tł. nasy.: 38.64 g; Węglowodany ogółem: 340.61 g; W tym cukry: 66.32 g; Błonnik pok.: 27.37 g; Sol: 9.89 g;	Wartość energetyczna: 2403.38 kcal; Białko ogółem: 95.08 g; Tłuszcz: 76.48 g; Kw. tł. nasy.: 37.21 g; Węglowodany ogółem: 348.15 g; W tym cukry: 71.30 g; Błonnik pok.: 29.84 g; Sol: 7.68 g;	Wartość energetyczna: 2396.71 kcal; Białko ogółem: 91.59 g; Tłuszcz: 75.96 g; Kw. tł. nasy.: 37.11 g; Węglowodany ogółem: 347.33 g; W tym cukry: 80.29 g; Błonnik pok.: 25.70 g; Sol: 8.63 g;	Wartość energetyczna: 2418.48 kcal; Białko ogółem: 95.03 g; Tłuszcz: 115.04 g; Kw. tł. nasy.: 32.43 g; Węglowodany ogółem: 229.64 g; W tym cukry: 82.37 g; Błonnik pok.: 26.51 g; Sol: 8.79 g;	Wartość energetyczna: 2156.12 kcal; Białko ogółem: 122.31 g; Tłuszcz: 85.47 g; Kw. tł. nasy.: 27.44 g; Węglowodany ogółem: 216.94 g; W tym cukry: 90.42 g; Błonnik pok.: 10.75 g; Sol: 3.25 g;	Wartość energetyczna: 2298.95 kcal; Białko ogółem: 136.02 g; Tłuszcz: 86.33 g; Kw. tł. nasy.: 39.08 g; Węglowodany ogółem: 304.42 g; W tym cukry: 59.78 g; Błonnik pok.: 39.18 g; Sol: 10.01 g;	Wartość energetyczna: 2298.95 kcal; Białko ogółem: 95.82 g; Tłuszcz: 86.33 g; Kw. tł. nasy.: 37.29 g; Węglowodany ogółem: 328.80 g; W tym cukry: 60.28 g; Błonnik pok.: 33.33 g; Sol: 9.69 g;	Wartość energetyczna: 2280.24 kcal; Białko ogółem: 87.74 g; Tłuszcz: 89.57 g; Kw. tł. nasy.: 36.56 g; Węglowodany ogółem: 323.36 g; W tym cukry: 68.39 g; Błonnik pok.: 24.04 g; Sol: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 1998.71 kcal; Białko ogółem: 99.86 g; Tłuszcz: 73.39 g; Kw. tł. nasy.: 30.81 g; Węglowodany ogółem: 348.25 g; W tym cukry: 46.35 g; Błonnik pok.: 24.32 g; Sol: 4.30 g;	Wartość energetyczna: 2533.85 kcal; Białko ogółem: 66.36 g; Tłuszcz: 89.56 g; Kw. tł. nasy.: 46.65 g; Węglowodany ogółem: 368.36 g; W tym cukry: 79.87 g; Błonnik pok.: 25.70 g; Sol: 8.42 g;	Wartość energetyczna: 2695.33 kcal; Białko ogółem: 95.43 g; Tłuszcz: 94.14 g; Kw. tł. nasy.: 46.65 g; Węglowodany ogółem: 368.36 g; W tym cukry: 79.87 g; Błonnik pok.: 25.70 g; Sol: 8.42 g;	Wartość energetyczna: 105.50 g; Tłuszcz: 94.14 g; Kw. tł. nasy.: 50.13 g; Węglowodany ogółem: 368.36 g; W tym cukry: 76.22 g; Błonnik pok.: 34.10 g; Sol: 9.85 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-03-31 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a Cukrzycza niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
II SN	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser topiony 50 g (MLE.) Papryka świeża 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Sałata zielona 20 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekami z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser topiony 50 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE.) Pomidor 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekami z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE.) Pomidor 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekami z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200ml (MLE, GLU OW.)	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE.) Pomidor 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekami z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200ml (MLE, GLU OW.)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU OW.) Kawa zbożowa z mlekami b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (GLUPSZ, SOJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekami b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE.) Pomidor 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekami b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE.) Pomidor 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekami b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200ml (MLE, GLU OW.)	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE.) Pomidor 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekami z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g (MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE.) Pomidor 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250ml (MLE, GLU OW.)	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser topiony 50 g (MLE.) Papryka świeża 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Sałata zielona 20 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekami z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200ml (MLE, GLU OW.)	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser topiony 50 g (MLE.) Papryka świeża 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Sałata zielona 20 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekami z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200ml (MLE, GLU OW.)	
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT.) Kasztotto jęczmień z mięsem wierzbowym i warzywami( ) 350 g (SEL, GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Surówka wielowarzywna z olejem ( ) 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasztotto jęczmień z mięsem wierzbowym i warzywami( ) 350 g (SEL, GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasztotto jęczmień z mięsem wierzbowym i warzywami( ) 350 g (SEL, GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniakami ( ) RYD 700g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD ( ) 700 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT.) Kasztotto jęczmień z mięsem wierzbowym i warzywami( ) 350 g (SEL, GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Surówka wielowarzywna z olejem ( ) 100 g (SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasztotto jęczmień z mięsem wierzbowym i warzywami( ) 350 g (SEL, GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasztotto jęczmień z mięsem wierzbowym i warzywami( ) 350 g (SEL, GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu)( ) 400 ml (MLE, SEL.) Kasztotto jaglane z mięsem wierzbowym i warzywami( ) 350 g (SEL.) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, GLU ZYT.) Kasztotto jęczmień z mięsem wierzbowym i warzywami( ) 350 g (SEL, GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT.) Kasztotto jęczmień z mięsem wierzbowym i warzywami( ) 350 g (SEL, GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT.) Kasztotto jęczmień z mięsem wierzbowym i warzywami( ) 350 g (SEL, GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE.)												
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g (MLE.) Pomidor 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g (MLE.) 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.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (MLE.) Jarzynowa z ryżem dieta ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (MLE.) Jarzynowa z ryżem dieta ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD ( ) 700 ml (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (MLE.) Pomidor 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (MLE.) Pomidor 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/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.) Ser topiony 50 g (MLE.) Pomidor 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (MLE.) Pomidor 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250ml	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.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (MLE.) Jarzynowa z ryżem dieta ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (MLE.) Jarzynowa z ryżem dieta ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/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.) Ser topiony 50 g (MLE.) Pomidor 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (MLE.) Jarzynowa z ryżem dieta ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)												
	Wartość energetyczna: 2557.92 kcal; Białko ogółem: 98.55 g; Tłuszcz: 95.70 g; Kw. tł. nasy.: 46.49 g; Węglowodany ogółem: 342.37 g; W tym cukry: 79.00 g; Błonnik pok.: 35.51 g; Sól: 8.23 g;	Wartość energetyczna: 2454.18 kcal; Białko ogółem: 101.89 g; Tłuszcz: 87.60 g; Kw. tł. nasy.: 37.73 g; Węglowodany ogółem: 327.74 g; W tym cukry: 69.20 g; Błonnik pok.: 28.33 g; Sól: 6.62 g;	Wartość energetyczna: 2533.18 kcal; Białko ogółem: 101.52 g; Tłuszcz: 87.70 g; Kw. tł. nasy.: 38.17 g; Węglowodany ogółem: 346.27 g; W tym cukry: 73.79 g; Błonnik pok.: 30.04 g; Sól: 6.83 g;	Wartość energetyczna: 2644.98 kcal; Białko ogółem: 107.58 g; Tłuszcz: 87.36 g; Kw. tł. nasy.: 37.73 g; Węglowodany ogółem: 212.80 g; W tym cukry: 78.00 g; Błonnik pok.: 31.31 g; Sól: 6.56 g;	Wartość energetyczna: 2387.41 kcal; Białko ogółem: 121.40 g; Tłuszcz: 120.54 g; Kw. tł. nasy.: 29.99 g; Węglowodany ogółem: 212.80 g; W tym cukry: 95.68 g; Błonnik pok.: 17.75 g; Sól: 3.99 g;	Wartość energetyczna: 2201.12 kcal; Białko ogółem: 138.42 g; Tłuszcz: 88.47 g; Kw. tł. nasy.: 41.18 g; Węglowodany ogółem: 218.94 g; W tym cukry: 79.50 g; Błonnik pok.: 10.75 g; Sól: 2.65 g;	Wartość energetyczna: 2282.49 kcal; Białko ogółem: 101.65 g; Tłuszcz: 81.95 g; Kw. tł. nasy.: 37.48 g; Węglowodany ogółem: 301.04 g; W tym cukry: 64.17 g; Błonnik pok.: 36.39 g; Sól: 7.09 g;	Wartość energetyczna: 2432.43 kcal; Białko ogółem: 95.04 g; Tłuszcz: 83.20 g; Kw. tł. nasy.: 37.26 g; Węglowodany ogółem: 336.63 g; W tym cukry: 64.22 g; Błonnik pok.: 30.33 g; Sól: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 2517.48 kcal; Białko ogółem: 88.07 g; Tłuszcz: 98.11 g; Kw. tł. nasy.: 43.08 g; Węglowodany ogółem: 324.84 g; W tym cukry: 43.74 g; Błonnik pok.: 16.74 g; Sól: 3.32 g;	Wartość energetyczna: 2014.96 kcal; Białko ogółem: 69.92 g; Tłuszcz: 80.81 g; Kw. tł. nasy.: 30.56 g; Węglowodany ogółem: 258.47 g; W tym cukry: 43.74 g; Błonnik pok.: 16.74 g; Sól: 3.32 g;	Wartość energetyczna: 2882.33 kcal; Białko ogółem: 93.98 g; Tłuszcz: 98.72 g; Kw. tł. nasy.: 46.98 g; Węglowodany ogółem: 341.02 g; W tym cukry: 74.85 g; Błonnik pok.: 30.54 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 2804.51 kcal; Białko ogółem: 110.82 g; Tłuszcz: 104.35 g; Kw. tł. nasy.: 48.05 g; Węglowodany ogółem: 368.06 g; W tym cukry: 73.69 g; Błonnik pok.: 32.95 g; Sól: 9.19 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-03-31 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzycowa niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ,) Chleb Graham 70 g ( <u>GLU PSZ</u> ,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u> ,) Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> ,)	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ,) Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u> ,) Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> ,)	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ,) Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u> ,) Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> ,)	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ,) Bułka pszenno długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u> ,) Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> ,)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ,) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u> ,)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml ( <u>GLUPSZ, SOJ, MLE</u> ,) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u> ,)	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ,) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u> ,) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Twarożek 100 g ( <u>MLE</u> ,) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u> ,) Jabłko pieczone 150 g	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ,) Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u> ,) Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> ,)	Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>MLE</u> ,) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko 150 g Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> ,)	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ,) Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Dżem wiśniowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u> ,) Jabłko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> ,)	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ,) Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ,) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u> ,) Jabłko pieczone 150 g
	IN	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ,)										
Obiad	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ,) Ziemiaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczyk) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ,) Salatką z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ,) Ziemiaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczyk) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g ( <u>SEL</u> ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ,) Ziemiaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczyk) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ,) Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g ( <u>SEL</u> ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - szpinakowa z zacierką () RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ,) Ziemiaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczyk) 100 g ( <u>RYB</u> ,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g ( <u>SEL</u> ,) Salatką z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ,) Ziemiaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczyk) 100 g ( <u>RYB</u> ,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g ( <u>SEL</u> ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ,) Kotlety grzybane z cebulką i twarogiem 350 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ,) Sos pieczarkowy ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ,) 100 ml ( <u>RYB</u> ,) Salatką z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ,) Ziemiaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczyk) 100 g ( <u>RYB</u> ,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g ( <u>SEL</u> ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ,) Ziemiaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczyk) 100 g ( <u>RYB</u> ,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g ( <u>SEL</u> ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ,) Ziemiaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczyk) 100 g ( <u>RYB</u> ,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g ( <u>SEL</u> ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD	Budyn o smaku czekoladowym b/c 200 ml ( <u>MLE</u> ,)										
Kolacja	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE, GOR</u> ,) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Pasta z białek 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenno długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Pasta z białek 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ,) Selerozowa z makaronem () 400 g ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL</u> ,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - selerozowa z makaronem () RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> ,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml ( <u>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL</u> ,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ,) Herbata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g ( <u>JAJ, MLE, GOR</u> ,) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>MLE</u> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ,) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt										
Wartość energetyczna:	2797.87 kcal; Białko ogółem: 111.73 g; Tłuszcz: 95.44 g; Kw. tł. nasy.: 38.50 g; Węglowodany ogółem: 383.93 g; W tym cukry: 117.72 g; Błonnik pok.: 31.05 g; Sól: 6.08 g;	2611.81 kcal; Białko ogółem: 109.19 g; Tłuszcz: 83.83 g; Kw. tł. nasy.: 36.99 g; Węglowodany ogółem: 367.38 g; W tym cukry: 116.46 g; Błonnik pok.: 32.45 g; Sól: 6.69 g;	2684.17 kcal; Białko ogółem: 114.85 g; Tłuszcz: 88.21 g; Kw. tł. nasy.: 38.24 g; Węglowodany ogółem: 370.24 g; W tym cukry: 118.59 g; Błonnik pok.: 33.16 g; Sól: 7.81 g;	2849.96 kcal; Białko ogółem: 118.62 g; Tłuszcz: 87.86 g; Kw. tł. nasy.: 37.97 g; Węglowodany ogółem: 411.70 g; W tym cukry: 124.55 g; Błonnik pok.: 37.97 g; Sól: 7.88 g;	2490.33 kcal; Białko ogółem: 127.59 g; Tłuszcz: 115.62 g; Kw. tł. nasy.: 27.56 g; Węglowodany ogółem: 241.46 g; W tym cukry: 91.51 g; Błonnik pok.: 19.95 g; Sól: 3.96 g;	2197.52 kcal; Białko ogółem: 137.86 g; Tłuszcz: 84.97 g; Kw. tł. nasy.: 38.98 g; Węglowodany ogółem: 225.13 g; W tym cukry: 74.80 g; Błonnik pok.: 13.72 g; Sól: 2.55 g;	2357.87 kcal; Białko ogółem: 122.21 g; Tłuszcz: 94.26 g; Kw. tł. nasy.: 46.56 g; Węglowodany ogółem: 270.80 g; W tym cukry: 45.82 g; Błonnik pok.: 35.20 g; Sól: 7.71 g;	2519.83 kcal; Białko ogółem: 124.18 g; Tłuszcz: 90.82 g; Kw. tł. nasy.: 40.74 g; Węglowodany ogółem: 395.46 g; W tym cukry: 121.76 g; Błonnik pok.: 34.48 g; Sól: 9.18 g;	2929.94 kcal; Białko ogółem: 101.76 g; Tłuszcz: 109.17 g; Kw. tł. nasy.: 40.73 g; Węglowodany ogółem: 313.92 g; W tym cukry: 91.47 g; Błonnik pok.: 31.77 g; Sól: 5.38 g;	2165.86 kcal; Białko ogółem: 74.49 g; Tłuszcz: 78.10 g; Kw. tł. nasy.: 29.89 g; Węglowodany ogółem: 298.62 g; W tym cukry: 91.47 g; Błonnik pok.: 26.47 g; Sól: 3.38 g;	2526.61 kcal; Białko ogółem: 101.05 g; Tłuszcz: 77.82 g; Kw. tł. nasy.: 33.90 g; Węglowodany ogółem: 368.21 g; W tym cukry: 116.18 g; Błonnik pok.: 33.16 g; Sól: 7.26 g;	2757.25 kcal; Białko ogółem: 130.99 g; Tłuszcz: 101.25 g; Kw. tł. nasy.: 47.24 g; Węglowodany ogółem: 345.16 g; W tym cukry: 69.98 g; Błonnik pok.: 35.25 g; Sól: 9.81 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-03-31 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzycowa niskotłuszczowa	KRK- RYD Vegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c					
2024-03-23 sobota	II SN	Śniadanie	Platki jęczmieńne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb Graham 70 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szykowna debowa drożdżowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.</b> )	Platki jęczmieńne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szykowna debowa drożdżowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.</b> )	Platki jęczmieńne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szykowna debowa drożdżowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.</b> )	Platki jęczmieńne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szykowna debowa drożdżowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.</b> )	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.</b> )	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml ( <b>GLU, PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.</b> )	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szykowna debowa drożdżowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>MLE, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.</b> )	Platki jęczmieńne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szykowna debowa drożdżowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.</b> )	Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>MLE.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szykowna debowa drożdżowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Platki jęczmieńne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szykowna debowa drożdżowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt				
			Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml											Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml			
2024-03-23 sobota	Obiad	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Sos jarzynowy ( ) 100 ml ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa (zmielona) 100 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Sos jarzynowy ( ) 100 ml ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Buraczki podprawiane -drobno tarte ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - koperkowa z ryżem ( ) RYD 700 g ( <b>JAJ, SEL.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD ( ) 700 ml ( <b>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Sos jarzynowy ( ) 100 ml ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c ( ) 100 g Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) ( ) 200 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Sos jarzynowy ( ) 100 ml ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa (bez glutenu) 100 g Sos jarzynowy (bez glutenu) 100 ml ( <b>SEL.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Sos jarzynowy ( ) 100 ml ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Buraczki podprawiane -drobno tarte ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Sos jarzynowy ( ) 100 ml ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) ( ) 200 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Sos jarzynowy ( ) 100 ml ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Buraczki podprawiane -drobno tarte ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt					
		Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )											Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )				
2024-03-23 sobota	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Pasztet z soczewicy ( ) 70 g ( <b>GLU, PSZ, JAJ.</b> ) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Bułka pszemna długa krojona 100 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Ziemniaczana ( ) 400 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Płynna odżywcza - ziemniaczana ( ) RYD 700 g ( <b>JAJ, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD ( ) 700 ml ( <b>GLU, PSZ, SOJ, MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Pasztet z soczewicy ( ) 70 g ( <b>GLU, PSZ, JAJ.</b> ) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Pasztet z soczewicy ( ) 70 g ( <b>GLU, PSZ, JAJ.</b> ) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Pasztet z soczewicy ( ) 70 g ( <b>GLU, PSZ, JAJ.</b> ) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>MLE.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g					
		Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g											Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <b>MLE.</b> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb rżany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <b>GLU, PSZ, MLE.</b> ) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb rżany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <b>GLU, PSZ, MLE, GLU, ZYT.</b> ) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Wafle ryżowe 20 g
2024-03-23 sobota	PN	Wartość energetyczna: 2620,03 kcal; Białko ogółem: 105,56 g; Tłuszcz: 89,71 g; Kw. tł. nasy.: 39,63 g; Węglowodany ogółem: 363,40 g; W tym cukry: 67,85 g; Błonnik pok.: 33,98 g; Sol: 9,43 g;	Wartość energetyczna: 2414,45 kcal; Białko ogółem: 107,76 g; Tłuszcz: 75,01 g; Kw. tł. nasy.: 37,87 g; Węglowodany ogółem: 338,22 g; W tym cukry: 65,62 g; Błonnik pok.: 24,48 g; Sol: 7,72 g;	Wartość energetyczna: 2500,87 kcal; Białko ogółem: 108,64 g; Tłuszcz: 75,11 g; Kw. tł. nasy.: 38,31 g; Węglowodany ogółem: 357,04 g; W tym cukry: 65,62 g; Błonnik pok.: 27,35 g; Sol: 7,68 g;	Wartość energetyczna: 2681,38 kcal; Białko ogółem: 117,39 g; Tłuszcz: 73,75 g; Kw. tł. nasy.: 36,03 g; Węglowodany ogółem: 399,51 g; W tym cukry: 95,75 g; Błonnik pok.: 30,94 g; Sol: 7,31 g;	Wartość energetyczna: 2384,98 kcal; Białko ogółem: 120,20 g; Tłuszcz: 118,54 g; Kw. tł. nasy.: 29,74 g; Węglowodany ogółem: 218,62 g; W tym cukry: 79,50 g; Błonnik pok.: 19,36 g; Sol: 4,89 g;	Wartość energetyczna: 2201,12 kcal; Białko ogółem: 138,42 g; Tłuszcz: 88,47 g; Kw. tł. nasy.: 41,18 g; Węglowodany ogółem: 218,94 g; W tym cukry: 67,33 g; Błonnik pok.: 10,75 g; Sol: 2,65 g;	Wartość energetyczna: 2434,80 kcal; Białko ogółem: 102,83 g; Tłuszcz: 84,22 g; Kw. tł. nasy.: 38,59 g; Węglowodany ogółem: 333,41 g; W tym cukry: 67,33 g; Błonnik pok.: 35,06 g; Sol: 9,04 g;	Wartość energetyczna: 2416,52 kcal; Białko ogółem: 101,49 g; Tłuszcz: 71,52 g; Kw. tł. nasy.: 45,19 g; Węglowodany ogółem: 351,16 g; W tym cukry: 64,17 g; Błonnik pok.: 28,86 g; Sol: 8,29 g;	Wartość energetyczna: 2600,43 kcal; Białko ogółem: 78,92 g; Tłuszcz: 97,02 g; Kw. tł. nasy.: 45,19 g; Węglowodany ogółem: 368,40 g; W tym cukry: 43,02 g; Błonnik pok.: 19,99 g; Sol: 3,92 g;	Wartość energetyczna: 1968,35 kcal; Białko ogółem: 101,24 g; Tłuszcz: 73,25 g; Kw. tł. nasy.: 31,16 g; Węglowodany ogółem: 263,72 g; W tym cukry: 43,02 g; Błonnik pok.: 19,99 g; Sol: 3,92 g;	Wartość energetyczna: 2560,37 kcal; Białko ogółem: 108,32 g; Tłuszcz: 86,11 g; Kw. tł. nasy.: 46,38 g; Węglowodany ogółem: 354,64 g; W tym cukry: 66,12 g; Błonnik pok.: 27,35 g; Sol: 8,69 g;	Wartość energetyczna: 2760,40 kcal; Białko ogółem: 108,32 g; Tłuszcz: 90,29 g; Kw. tł. nasy.: 49,81 g; Węglowodany ogółem: 389,44 g; W tym cukry: 81,31 g; Błonnik pok.: 29,81 g; Sol: 10,17 g;				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-03-31 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzycowa niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 70 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bulka 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 JEJCZ.</u> ) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 100 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko pieczone 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <u>MLE.</u> ) Bulka pszenno-żytnia 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 100 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <u>MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u> )	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml ( <u>GLUPSZ, SOJ, MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u> )	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</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 JEJCZ.</u> ) Twarożek 100 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko pieczone 150 g	Chleb pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 100 g ( <u>MLE.</u> ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u> )	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 100 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u> ) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u> ) Jabłko pieczone 150 g
II ŚN	Kefir 2% tł 200g 1 szt ( <u>MLE.</u> )											
Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane bez skóry 1 szt. 210 g Szczynek gotowany z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysiwka () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane bez skóry 1 szt. 210 g Szczynek gotowany z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Budyń udźca kurzaka 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos koperkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Szczynek gotowany z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - rosół z makaronem () RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane bez skóry 1 szt. 210 g Szczynek gotowany z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysiwka () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane bez skóry 1 szt. 210 g Szczynek gotowany z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysiwka () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet z jaj 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 400 ml ( <u>SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane bez skóry 1 szt. 210 g Szczynek gotowany z olejem (bez glutenu)* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane bez skóry 1 szt. 210 g Szczynek gotowany z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
PD	Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml											
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w.ośl.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w.ośl.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bulka pszenno-żytnia 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w.ośl.niejad 50 g Jarmyżnowa z ryżem dieta () 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bulka pszenno-żytnia 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w.ośl.niejad 50 g Jarmyżnowa z ryżem dieta () 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarmyżnowa z ryżem () RYD 700 g ( <u>JAJ, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w.ośl.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w.ośl.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w.ośl.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w.ośl.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w.ośl.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w.ośl.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE.</u> )				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE.</u> )		Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE.</u> )		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</u> ) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE.</u> )	
	Wartość energetyczna: 2508.11 kcal; Białko ogółem: 121.70 g; Tłuszcz: 106.21 g; Kw. tł. nasy.: 47.81 g; Węglowodany ogółem: 277.16 g; W tym cukry: 54.09 g; Błonnik pok.: 24.84 g; Sól: 7.88 g;	Wartość energetyczna: 2418.07 kcal; Białko ogółem: 116.18 g; Tłuszcz: 88.91 g; Kw. tł. nasy.: 39.00 g; Węglowodany ogółem: 295.52 g; W tym cukry: 63.09 g; Błonnik pok.: 21.06 g; Sól: 6.87 g;	Wartość energetyczna: 2368.17 kcal; Białko ogółem: 109.78 g; Tłuszcz: 85.28 g; Kw. tł. nasy.: 37.89 g; Węglowodany ogółem: 297.70 g; W tym cukry: 65.22 g; Błonnik pok.: 21.37 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2565.12 kcal; Białko ogółem: 104.85 g; Tłuszcz: 70.68 g; Kw. tł. nasy.: 35.20 g; Węglowodany ogółem: 386.40 g; W tym cukry: 88.93 g; Błonnik pok.: 24.77 g; Sól: 8.11 g;	Wartość energetyczna: 2471.94 kcal; Białko ogółem: 123.45 g; Tłuszcz: 114.29 g; Kw. tł. nasy.: 27.33 g; Węglowodany ogółem: 241.63 g; W tym cukry: 74.80 g; Błonnik pok.: 16.77 g; Sól: 3.81 g;	Wartość energetyczna: 2197.52 kcal; Białko ogółem: 137.86 g; Tłuszcz: 84.97 g; Kw. tł. nasy.: 38.98 g; Węglowodany ogółem: 225.13 g; W tym cukry: 86.76 g; Błonnik pok.: 13.72 g; Sól: 2.55 g;	Wartość energetyczna: 2485.08 kcal; Białko ogółem: 134.01 g; Tłuszcz: 106.68 g; Kw. tł. nasy.: 50.87 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 43.07 g; Błonnik pok.: 29.33 g; Sól: 8.37 g;	Wartość energetyczna: 2470.43 kcal; Białko ogółem: 124.73 g; Tłuszcz: 91.10 g; Kw. tł. nasy.: 42.30 g; Węglowodany ogółem: 264.88 g; W tym cukry: 56.27 g; Błonnik pok.: 23.76 g; Sól: 9.22 g;	Wartość energetyczna: 2266.27 kcal; Białko ogółem: 94.63 g; Tłuszcz: 101.80 g; Kw. tł. nasy.: 34.99 g; Węglowodany ogółem: 271.01 g; W tym cukry: 54.39 g; Błonnik pok.: 15.90 g; Sól: 3.94 g;	Wartość energetyczna: 2500.51 kcal; Białko ogółem: 119.96 g; Tłuszcz: 101.19 g; Kw. tł. nasy.: 47.31 g; Węglowodany ogółem: 266.42 g; W tym cukry: 63.17 g; Błonnik pok.: 21.84 g; Sól: 8.82 g;	Wartość energetyczna: 2639.98 kcal; Białko ogółem: 136.75 g; Tłuszcz: 106.82 g; Kw. tł. nasy.: 48.39 g; Węglowodany ogółem: 292.85 g; W tym cukry: 45.03 g; Błonnik pok.: 24.23 g; Sól: 10.12 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-03-31 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzycowa niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
II SN	Platkiovsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szyńska soltyśa wieprzowa,wędzona parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Mix салат 20 g	Platkiovsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szyńska soltyśa wieprzowa,wędzona parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Mix салат 20 g	Platkiovsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szyńska soltyśa wieprzowa,wędzona parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Platkiovsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szyńska soltyśa wieprzowa,wędzona parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU OW.) Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (GLUPSZ, SOJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szyńska soltyśa wieprzowa,wędzona parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Mix салат 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szyńska soltyśa wieprzowa,wędzona parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Platkiovsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser topiony 50 g (MLE.) Cateringowa z/c 250 ml Mix салат 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szyńska soltyśa wieprzowa,wędzona parzona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mix салат 20 g	Platkiovsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser topiony 50 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Platkiovsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (MLE, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser topiony 50 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml
Obiad	Ogórkowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (GLU PSZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (GLU PSZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (GLU PSZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Buraczki gotowane ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Buraczki gotowane ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana ( ) RYD 700g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD ( ) 700 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (GLU PSZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (GLU PSZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Buraczki gotowane ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (GLU PSZ.) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 g (JAJ, PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu)( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (JAJ, PSZ, SEL.) Buraczki gotowane ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (GLU PSZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
PD												Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE.)
Kolacja	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka 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 Przekier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt ( moze zawierac: 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.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Przekier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt ( moze zawierac: MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Gryskowa ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Przekier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt ( moze zawierac: MLE.)	Płynna odżywcza - gryskowa ( ) RYD 700 g (GLUPSZ, JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD ( ) 700 ml (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Salata zielona 20 g Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Przekier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt ( moze zawierac: MLE.)	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Salata zielona 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Przekier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt ( moze zawierac: MLE.)	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 Przekier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt ( moze zawierac: MLE.)
PN	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g				Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.)	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.) Wafle ryżowe 20 g	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.)
	Wartość energetyczna: 2615,94 kcal; Białko ogółem: 112,55 g; Tłuszcz: 89,76 g; Kw. tł. nasy.: 41,75 g; Węglowodany ogółem: 350,20 g; W tym cukry: 67,64 g; Błonnik pok.: 24,08 g; Sól: 8,63 g;	Wartość energetyczna: 2649,54 kcal; Białko ogółem: 110,45 g; Tłuszcz: 89,43 g; Kw. tł. nasy.: 41,71 g; Węglowodany ogółem: 360,92 g; W tym cukry: 70,08 g; Błonnik pok.: 23,35 g; Sól: 6,69 g;	Wartość energetyczna: 2615,11 kcal; Białko ogółem: 108,17 g; Tłuszcz: 77,26 g; Kw. tł. nasy.: 38,07 g; Węglowodany ogółem: 378,15 g; W tym cukry: 90,42 g; Błonnik pok.: 23,32 g; Sól: 6,76 g;	Wartość energetyczna: 2670,27 kcal; Białko ogółem: 108,77 g; Tłuszcz: 74,25 g; Kw. tł. nasy.: 35,43 g; Węglowodany ogółem: 399,58 g; W tym cukry: 97,67 g; Błonnik pok.: 24,25 g; Sól: 3,98 g;	Wartość energetyczna: 2390,84 kcal; Białko ogółem: 122,64 g; Tłuszcz: 120,84 g; Kw. tł. nasy.: 41,18 g; Węglowodany ogółem: 211,72 g; W tym cukry: 95,64 g; Błonnik pok.: 17,81 g; Sól: 3,98 g;	Wartość energetyczna: 2201,12 kcal; Białko ogółem: 138,42 g; Tłuszcz: 88,47 g; Kw. tł. nasy.: 41,18 g; Węglowodany ogółem: 218,94 g; W tym cukry: 79,50 g; Błonnik pok.: 10,75 g; Sól: 2,65 g;	Wartość energetyczna: 2553,12 kcal; Białko ogółem: 113,26 g; Tłuszcz: 91,55 g; Kw. tł. nasy.: 42,54 g; Węglowodany ogółem: 339,35 g; W tym cukry: 66,53 g; Błonnik pok.: 29,19 g; Sól: 9,45 g;	Wartość energetyczna: 2647,27 kcal; Białko ogółem: 105,22 g; Tłuszcz: 75,24 g; Kw. tł. nasy.: 38,78 g; Węglowodany ogółem: 394,45 g; W tym cukry: 91,01 g; Błonnik pok.: 24,65 g; Sól: 8,68 g;	Wartość energetyczna: 2588,37 kcal; Białko ogółem: 83,12 g; Tłuszcz: 94,80 g; Kw. tł. nasy.: 44,32 g; Węglowodany ogółem: 360,76 g; W tym cukry: 45,17 g; Błonnik pok.: 25,95 g; Sól: 8,47 g;	Wartość energetyczna: 2481,34 kcal; Białko ogółem: 73,19 g; Tłuszcz: 82,47 g; Kw. tł. nasy.: 34,22 g; Węglowodany ogółem: 290,93 g; W tym cukry: 45,17 g; Błonnik pok.: 16,35 g; Sól: 3,79 g;	Wartość energetyczna: 2935,21 kcal; Białko ogółem: 103,53 g; Tłuszcz: 87,87 g; Kw. tł. nasy.: 45,12 g; Węglowodany ogółem: 363,15 g; W tym cukry: 90,71 g; Błonnik pok.: 22,35 g; Sól: 7,14 g;	Wartość energetyczna: 2953,60 kcal; Białko ogółem: 115,50 g; Tłuszcz: 94,73 g; Kw. tł. nasy.: 50,19 g; Węglowodany ogółem: 417,03 g; W tym cukry: 107,91 g; Błonnik pok.: 25,80 g; Sól: 9,43 g;



Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-03-31 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzycza niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c		
2024-03-26 wtorek	Sniadanie	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Kawa pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenka długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (GLUPSZ, SOJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Roszponka 10 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	
	II SN							Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z rzepy białej i jabłka ( ) 200 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzynna z ziemniakami ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Sos ziołowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzynna z ziemniakami ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa (zmielona) 100 g Sos ziołowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - wielowarzynna z ziemniakami ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD ( ) 700 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD ( ) 700 ml (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzynna z ziemniakami ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Surówka z rzepy białej i jabłka ( ) 100 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzynna z ziemniakami ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzynna z ziemniakami ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 200 g Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy ( ) 100 ml (SEL.) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszonej ( ) 400 ml (GLUPSZ, SEL, GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Kapuśniak z kapusty kiszonej ( ) 400 ml (GLUPSZ, SEL, GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE.)					Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE.)
	Kolacja	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-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 Pomidor 80 g	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec ( ) 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec ( ) 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Bułka pszenka długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec ( ) 100 g (SEL.) Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Płynna odżywcza - ziemniaczana ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD ( ) 700 ml (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Salata zielona 20 g Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec ( ) 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec ( ) 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłka prażone b/c 150 g	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec ( ) 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Salata zielona 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec ( ) 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec ( ) 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	
PN			Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt				Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt		
	Wartość energetyczna: 2534,36 kcal; Białko ogółem: 108,18 g; Tłuszcz: 88,80 g; Kw. tł. nasy.: 39,47 g; Węglowodany ogółem: 340,13 g; W tym cukry: 64,57 g; Błonnik pok.: 35,16 g; Sól: 7,54 g;	Wartość energetyczna: 2441,78 kcal; Białko ogółem: 103,75 g; Tłuszcz: 80,86 g; Kw. tł. nasy.: 35,33 g; Węglowodany ogółem: 339,44 g; W tym cukry: 69,78 g; Błonnik pok.: 35,06 g; Sól: 7,25 g;	Wartość energetyczna: 2505,46 kcal; Białko ogółem: 103,75 g; Tłuszcz: 81,37 g; Kw. tł. nasy.: 35,87 g; Węglowodany ogółem: 355,01 g; W tym cukry: 69,44 g; Błonnik pok.: 37,28 g; Sól: 8,17 g;	Wartość energetyczna: 2734,24 kcal; Białko ogółem: 112,04 g; Tłuszcz: 81,06 g; Kw. tł. nasy.: 35,42 g; Węglowodany ogółem: 407,10 g; W tym cukry: 73,63 g; Błonnik pok.: 40,87 g; Sól: 7,93 g;	Wartość energetyczna: 2197,52 kcal; Białko ogółem: 137,86 g; Tłuszcz: 84,97 g; Kw. tł. nasy.: 38,98 g; Węglowodany ogółem: 225,13 g; W tym cukry: 74,80 g; Błonnik pok.: 13,72 g; Sól: 2,55 g;	Wartość energetyczna: 2486,24 kcal; Białko ogółem: 108,57 g; Tłuszcz: 81,17 g; Kw. tł. nasy.: 37,43 g; Węglowodany ogółem: 397,16 g; W tym cukry: 78,62 g; Błonnik pok.: 41,30 g; Sól: 10,15 g;	Wartość energetyczna: 2663,70 kcal; Białko ogółem: 102,36 g; Tłuszcz: 81,53 g; Kw. tł. nasy.: 37,16 g; Węglowodany ogółem: 368,05 g; W tym cukry: 78,62 g; Błonnik pok.: 36,41 g; Sól: 5,23 g;	Wartość energetyczna: 2425,95 kcal; Białko ogółem: 72,36 g; Tłuszcz: 74,92 g; Kw. tł. nasy.: 28,39 g; Węglowodany ogółem: 347,92 g; W tym cukry: 44,42 g; Błonnik pok.: 26,77 g; Sól: 3,55 g;	Wartość energetyczna: 2000,45 kcal; Białko ogółem: 72,36 g; Tłuszcz: 74,92 g; Kw. tł. nasy.: 28,39 g; Węglowodany ogółem: 347,92 g; W tym cukry: 44,42 g; Błonnik pok.: 26,77 g; Sól: 3,55 g;	Wartość energetyczna: 2504,20 kcal; Białko ogółem: 98,69 g; Tłuszcz: 85,05 g; Kw. tł. nasy.: 37,98 g; Węglowodany ogółem: 423,93 g; W tym cukry: 66,46 g; Błonnik pok.: 35,00 g; Sól: 8,65 g;	Wartość energetyczna: 2920,77 kcal; Białko ogółem: 112,09 g; Tłuszcz: 93,13 g; Kw. tł. nasy.: 43,07 g; Węglowodany ogółem: 423,93 g; W tym cukry: 92,15 g; Błonnik pok.: 38,44 g; Sól: 11,00 g;			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-03-31 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD 7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzycowa niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ, SEL.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo o smaku waniliowym 100 g (MLE.) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	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.) Serek homo o smaku waniliowym 100 g (MLE.) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	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.) Serek homo o smaku waniliowym 100 g (MLE.) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo o smaku waniliowym 100 g (MLE.) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (GLUPSZ, SOJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Serek homo o smaku waniliowym 100 g (MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g (MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo o smaku waniliowym 100 g (MLE.) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	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.) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g
	IN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml										
Obiad	Grysikowa (I) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane (I) 200 g udziec z kurczaka pieczoney z/k z/s 130 g Sos bazylkowy (I) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka szwedzka (I) 200 g (GOR.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa (I) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane (I) 200 g udziec z kurczaka pieczoney z/k z/s 130 g Sos bazylkowy (I) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych krolewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa (I) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane (I) 200 g Klopsik drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos bazylkowy (I) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych krolewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - grysikowa (I) RYD 700 g (GLUPSZ, JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD (I) 700 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa (I) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane (I) 200 g udziec z kurczaka pieczoney z/k z/s 130 g Sos bazylkowy (I) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka szwedzka (I) 100 g (GOR.) Bukiet warzyw gotowanych krolewski* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa (I) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane (I) 200 g Klopsik drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos bazylkowy (I) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych krolewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa (I) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane (I) 200 g udziec z kurczaka pieczoney z/k z/s 130 g Sałatka szwedzka (I) 200 g (GOR.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ryżem (I) 400 g (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (I) 200 g udziec z kurczaka pieczoney z/k z/s 130 g Sos bazylkowy (I) 100 ml (SEL.) Bukiet warzyw gotowanych krolewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa (I) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane (I) 200 g udziec z kurczaka pieczoney z/k z/s 130 g Sos bazylkowy (I) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych krolewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa (I) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane (I) 200 g udziec z kurczaka pieczoney z/k z/s 130 g Sos bazylkowy (I) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych krolewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa (I) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane (I) 200 g udziec z kurczaka pieczoney z/k z/s 130 g Sos bazylkowy (I) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych krolewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Budyn o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE.)										
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Galaretk drobiowa z udzka kurczaka. (I) 100 g (SEL.) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Galaretk drobiowa z udzka kurczaka. (I) 100 g (SEL.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Galaretk drobiowa z udzka kurczaka. (I) 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, SEL.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Galaretk drobiowa z udzka kurczaka. (I) 100 g (SEL.) Jarzynowa z makaronem dietla (I) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarynowa z makaronem (I) RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD (I) 700 ml (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Galaretk drobiowa z udzka kurczaka. (I) 100 g (SEL.) Papryka świeża 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.) Galaretk drobiowa z udzka kurczaka. (I) 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g (MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Galaretk drobiowa z udzka kurczaka. (I) 100 g (SEL.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Galaretk drobiowa z udzka kurczaka. (I) 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Galaretk drobiowa z udzka kurczaka. (I) 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)										
	Wartość energetyczna: 245,17 kcal; Białko ogółem: 110,11 g; Tłuszcz: 80,08 g; Kw. tł. nasy.: 38,77 g; Węglowodany ogółem: 334,60 g; W tym cukry: 82,74 g; Błonnik pok.: 25,82 g; Sól: 8,75 g;	Wartość energetyczna: 243,21 kcal; Białko ogółem: 109,96 g; Tłuszcz: 80,34 g; Kw. tł. nasy.: 38,98 g; Węglowodany ogółem: 323,13 g; W tym cukry: 73,93 g; Błonnik pok.: 19,32 g; Sól: 6,10 g;	Wartość energetyczna: 2389,60 kcal; Białko ogółem: 97,90 g; Tłuszcz: 73,64 g; Kw. tł. nasy.: 35,52 g; Węglowodany ogółem: 340,19 g; W tym cukry: 76,59 g; Błonnik pok.: 20,54 g; Sól: 7,02 g;	Wartość energetyczna: 2499,00 kcal; Białko ogółem: 104,84 g; Tłuszcz: 117,87 g; Kw. tł. nasy.: 35,11 g; Węglowodany ogółem: 362,13 g; W tym cukry: 80,86 g; Błonnik pok.: 21,76 g; Sól: 6,75 g;	Wartość energetyczna: 2201,12 kcal; Białko ogółem: 123,31 g; Tłuszcz: 88,47 g; Kw. tł. nasy.: 29,53 g; Węglowodany ogółem: 233,27 g; W tym cukry: 95,17 g; Błonnik pok.: 14,76 g; Sól: 3,97 g;	Wartość energetyczna: 2487,30 kcal; Białko ogółem: 116,05 g; Tłuszcz: 80,69 g; Kw. tł. nasy.: 39,91 g; Węglowodany ogółem: 310,86 g; W tym cukry: 63,93 g; Błonnik pok.: 29,13 g; Sól: 8,32 g;	Wartość energetyczna: 2382,93 kcal; Białko ogółem: 97,97 g; Tłuszcz: 73,82 g; Kw. tł. nasy.: 36,59 g; Węglowodany ogółem: 360,09 g; W tym cukry: 72,40 g; Błonnik pok.: 23,18 g; Sól: 9,00 g;	Wartość energetyczna: 2243,93 kcal; Białko ogółem: 85,01 g; Tłuszcz: 76,26 g; Kw. tł. nasy.: 42,45 g; Węglowodany ogółem: 315,24 g; W tym cukry: 90,12 g; Błonnik pok.: 16,68 g; Sól: 8,55 g;	Wartość energetyczna: 2062,36 kcal; Białko ogółem: 77,76 g; Tłuszcz: 109,02 g; Kw. tł. nasy.: 32,12 g; Węglowodany ogółem: 254,82 g; W tym cukry: 51,36 g; Błonnik pok.: 16,68 g; Sól: 2,59 g;	Wartość energetyczna: 2879,41 kcal; Białko ogółem: 108,40 g; Tłuszcz: 116,10 g; Kw. tł. nasy.: 48,03 g; Węglowodany ogółem: 322,38 g; W tym cukry: 71,43 g; Błonnik pok.: 20,10 g; Sól: 8,36 g;	Wartość energetyczna: 3082,06 kcal; Białko ogółem: 121,80 g; Tłuszcz: 116,10 g; Kw. tł. nasy.: 53,12 g; Węglowodany ogółem: 389,92 g; W tym cukry: 88,63 g; Błonnik pok.: 23,55 g; Sól: 10,71 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-03-31 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzycowa niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
II SN	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka soltysa wieprzowa,wędzona parzona 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka soltysa wieprzowa,wędzona parzona 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka soltysa wieprzowa,wędzona parzona 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka soltysa wieprzowa,wędzona parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (GLUPSZ, SOJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka soltysa wieprzowa,wędzona parzona 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka soltysa wieprzowa,wędzona parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Szynka soltysa wieprzowa,wędzona parzona 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną 250 ml Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g (MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka soltysa wieprzowa,wędzona parzona 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną 250 ml Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka soltysa wieprzowa,wędzona parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka soltysa wieprzowa,wędzona parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Łazanki z kapustą i mięsem z łopatką 350 g (GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Sos mięsno warzywny ( ) z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - barszcz czerwony z ziemniakami ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD ( ) 700 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Sos mięsno warzywny ( ) z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Surowka wielowarzynna z olejem b/c ( ) 100 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Sos mięsno warzywny ( ) z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron ze szpinakiem i twarogiem* 350 g (GLU PSZ, MLE.) Sos mięsno warzywny ( ) z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron bezglutenowy 200 g Sos mięsno warzywny ( ) z mięsa wieprzowego) (bez glutenu) 150 g (SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Sos mięsno warzywny ( ) z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Sos mięsno warzywny ( ) z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Sos mięsno warzywny ( ) z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)
PD	Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE.)											
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasztet z ciecierzycy ( ) 70 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Ryzowa ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Płynna odżywcza - ryżowa ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD ( ) 700 ml (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasztet z ciecierzycy ( ) 70 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasztet z ciecierzycy ( ) 70 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g (MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g
PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)				Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)		1 szt (może zawierać: MLE.) Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2666.54 kcal; Białko ogółem: 96.87 g; Tłuszcz: 94.46 g; Kw. tł. nasy.: 40.04 g; Węglowodany ogółem: 366.30 g; W tym cukry: 81.78 g; Błonnik pok.: 34.72 g; Sól: 7.74 g;	Wartość energetyczna: 2477.17 kcal; Białko ogółem: 102.28 g; Tłuszcz: 78.84 g; Kw. tł. nasy.: 37.30 g; Węglowodany ogółem: 348.50 g; W tym cukry: 80.44 g; Błonnik pok.: 24.96 g; Sól: 6.58 g;	Wartość energetyczna: 2555.71 kcal; Białko ogółem: 101.87 g; Tłuszcz: 78.94 g; Kw. tł. nasy.: 37.74 g; Węglowodany ogółem: 366.94 g; W tym cukry: 85.00 g; Błonnik pok.: 26.63 g; Sól: 6.78 g;	Wartość energetyczna: 2687.06 kcal; Białko ogółem: 107.75 g; Tłuszcz: 78.57 g; Kw. tł. nasy.: 37.31 g; Węglowodany ogółem: 395.66 g; W tym cukry: 92.70 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 6.50 g;	Wartość energetyczna: 2381.92 kcal; Białko ogółem: 119.57 g; Tłuszcz: 84.97 g; Kw. tł. nasy.: 27.19 g; Węglowodany ogółem: 225.74 g; W tym cukry: 92.70 g; Błonnik pok.: 18.96 g; Sól: 3.92 g;	Wartość energetyczna: 2197.52 kcal; Białko ogółem: 137.86 g; Tłuszcz: 84.97 g; Kw. tł. nasy.: 38.98 g; Węglowodany ogółem: 225.13 g; W tym cukry: 74.80 g; Błonnik pok.: 13.72 g; Sól: 2.55 g;	Wartość energetyczna: 2568.55 kcal; Białko ogółem: 110.08 g; Tłuszcz: 94.09 g; Kw. tł. nasy.: 40.24 g; Węglowodany ogółem: 328.53 g; W tym cukry: 53.37 g; Błonnik pok.: 46.74 g; Sól: 8.21 g;	Wartość energetyczna: 2579.48 kcal; Białko ogółem: 110.46 g; Tłuszcz: 83.10 g; Kw. tł. nasy.: 41.19 g; Węglowodany ogółem: 355.72 g; W tym cukry: 86.97 g; Błonnik pok.: 31.61 g; Sól: 8.89 g;	Wartość energetyczna: 2697.69 kcal; Białko ogółem: 85.76 g; Tłuszcz: 95.73 g; Kw. tł. nasy.: 42.86 g; Węglowodany ogółem: 281.64 g; W tym cukry: 81.59 g; Błonnik pok.: 31.54 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 2024.59 kcal; Białko ogółem: 64.30 g; Tłuszcz: 73.31 g; Kw. tł. nasy.: 30.27 g; Węglowodany ogółem: 281.64 g; W tym cukry: 81.59 g; Błonnik pok.: 19.46 g; Sól: 2.89 g;	Wartość energetyczna: 2623.68 kcal; Białko ogółem: 98.65 g; Tłuszcz: 89.60 g; Kw. tł. nasy.: 45.05 g; Węglowodany ogółem: 364.74 g; W tym cukry: 60.06 g; Błonnik pok.: 26.63 g; Sól: 7.77 g;	Wartość energetyczna: 2961.90 kcal; Białko ogółem: 129.56 g; Tłuszcz: 101.99 g; Kw. tł. nasy.: 50.15 g; Węglowodany ogółem: 392.26 g; W tym cukry: 60.06 g; Błonnik pok.: 32.38 g; Sól: 10.11 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-03-31 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzycowa niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
2024-03-29 piątek	Sniadanie II SN	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Chleb Graham 70 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE, GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Miod (25g) 2 szt Jabłko 150 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE,</u> )	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Miod (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE,</u> )	Płynna odżywcza - sniadanie RYD 700 g ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE,</u> ) Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE,</u> )	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml ( <u>GLUPSZ, SOJ, MLE,</u> ) Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE,</u> )	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE,</u> ) Pomidor 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE,</u> ) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE,</u> ) Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE,</u> ) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Miod (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE,</u> )	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Miod (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Miod (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE,</u> )	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE,</u> ) Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE,</u> ) Jabłko pieczone 150 g	
		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml											Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
2024-03-29 piątek	Obiad	Kalafiorowa z ryżem ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB,</u> ) Warzywa po grecku ( ) 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Pulpét rybny (Morszczuk) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ) Sos jarzynowy ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Warzywa po grecku ( ) 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ryżowa ( ) RYD 700 g ( <u>JAJ, SEL,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD ( ) 700 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB,</u> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem ( ) 100 g Warzywa po grecku ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB,</u> ) Warzywa po grecku ( ) 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 350 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB,</u> ) Warzywa po grecku (bez glutenu) ( ) 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB,</u> ) Warzywa po grecku ( ) 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB,</u> ) Warzywa po grecku ( ) 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
		Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g ( <u>GLUPSZ, MLE,</u> )											Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )
2024-03-29 piątek	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> ) Pasta z jaj z koperkiem i koperkiem 100 g ( <u>JAJ, GOR,</u> ) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250ml 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> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z białek 100 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Jarzynowa z makaronem dieta ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem ( ) RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD ( ) 700 ml ( <u>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z białek 100 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt											Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,</u> ) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
2024-03-29 piątek	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt											Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,</u> ) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2778,78 kcal; Białko ogółem: 101,78 g; Tłuszcz: 100,40 g; Kw. tł. nasy.: 37,26 g; Węglowodany ogółem: 375,26 g; W tym cukry: 73,15 g; Błonnik pok.: 28,05 g; Sol: 8,23 g;	Wartość energetyczna: 2585,18 kcal; Białko ogółem: 101,84 g; Tłuszcz: 78,32 g; Kw. tł. nasy.: 35,92 g; Węglowodany ogółem: 377,81 g; W tym cukry: 81,93 g; Błonnik pok.: 28,34 g; Sol: 5,79 g;	Wartość energetyczna: 2656,07 kcal; Białko ogółem: 107,55 g; Tłuszcz: 82,70 g; Kw. tł. nasy.: 37,22 g; Węglowodany ogółem: 380,76 g; W tym cukry: 84,08 g; Błonnik pok.: 29,09 g; Sol: 6,90 g;	Wartość energetyczna: 2839,03 kcal; Białko ogółem: 111,52 g; Tłuszcz: 116,47 g; Kw. tł. nasy.: 37,17 g; Węglowodany ogółem: 240,48 g; W tym cukry: 89,58 g; Błonnik pok.: 31,73 g; Sol: 7,07 g;	Wartość energetyczna: 2497,39 kcal; Białko ogółem: 127,14 g; Tłuszcz: 86,30 g; Kw. tł. nasy.: 28,51 g; Węglowodany ogółem: 240,48 g; W tym cukry: 94,52 g; Błonnik pok.: 17,88 g; Sol: 3,95 g;	Wartość energetyczna: 2217,92 kcal; Białko ogółem: 140,01 g; Tłuszcz: 81,69 g; Kw. tł. nasy.: 39,95 g; Węglowodany ogółem: 224,75 g; W tym cukry: 77,25 g; Błonnik pok.: 13,82 g; Sol: 2,61 g;	Wartość energetyczna: 2443,91 kcal; Białko ogółem: 122,60 g; Tłuszcz: 81,69 g; Kw. tł. nasy.: 37,02 g; Węglowodany ogółem: 320,21 g; W tym cukry: 67,27 g; Błonnik pok.: 35,71 g; Sol: 7,51 g;	Wartość energetyczna: 2672,48 kcal; Białko ogółem: 121,98 g; Tłuszcz: 82,88 g; Kw. tł. nasy.: 38,18 g; Węglowodany ogółem: 372,83 g; W tym cukry: 83,51 g; Błonnik pok.: 33,22 g; Sol: 9,30 g;	Wartość energetyczna: 2597,36 kcal; Białko ogółem: 82,79 g; Tłuszcz: 83,87 g; Kw. tł. nasy.: 35,74 g; Węglowodany ogółem: 386,21 g; W tym cukry: 74,67 g; Błonnik pok.: 26,93 g; Sol: 7,29 g;	Wartość energetyczna: 2095,76 kcal; Białko ogółem: 65,72 g; Tłuszcz: 69,65 g; Kw. tł. nasy.: 28,21 g; Węglowodany ogółem: 307,26 g; W tym cukry: 53,58 g; Błonnik pok.: 22,80 g; Sol: 2,80 g;	Wartość energetyczna: 2494,67 kcal; Białko ogółem: 95,06 g; Tłuszcz: 73,15 g; Kw. tł. nasy.: 34,16 g; Węglowodany ogółem: 374,20 g; W tym cukry: 83,99 g; Błonnik pok.: 29,56 g; Sol: 6,39 g;	Wartość energetyczna: 2830,26 kcal; Białko ogółem: 125,78 g; Tłuszcz: 81,04 g; Kw. tł. nasy.: 39,32 g; Węglowodany ogółem: 413,32 g; W tym cukry: 99,88 g; Błonnik pok.: 34,73 g; Sol: 9,17 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-03-31 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzycowa niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
Śniadanie	Platki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ,) Chleb Graham 70 g ( <u>GLU PSZ</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ,) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u> ,) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Platki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</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> ,) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ,) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u> ,) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Platki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</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> ,) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ,) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u> ,) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Platki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ,) Bułka pszenno długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ,) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u> ,) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ,) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ,) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u> ,) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ,) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ,) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u> ,) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ,) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u> ,) Pomidor 80 g Salata zielona 20 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 ZYT, GLU JECZ</u> ,) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ,) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ,) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u> ,) Sok pomidorowy 200ml	Platki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</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> ,) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ,) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u> ,) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>MLE</u> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250ml 1 szt	Platki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</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> ,) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u> ,) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Platki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</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 1 szt
	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ,)												Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ,)
Obiad	Grochowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ,) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - solferino () RYD 700 g ( <u>JAJ, SEL</u> ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - solferino () RYD 700 g ( <u>JAJ, SEL</u> ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ,) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino (bez glutenu) () 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ,) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino (bez glutenu) () 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ,) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml ( <u>MLE</u> ,)												Budyń o smaku śmietankowym 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> ,) Pasta z ryby gotowanej (morszczyk) z warzywami (). 100 g ( <u>RYB, SEL</u> ,) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Pasta z ryby gotowanej (morszczyk) z warzywami (). 100 g ( <u>RYB, SEL</u> ,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Bułka pszenno długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ,) Selerowa z makaronem () 400 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Serek homo naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płynna odżywcza - selerowa z makaronem () RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> ,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - selerowa z makaronem () RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> ,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u> ,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Pasta z ryby gotowanej (morszczyk) z warzywami (). 100 g ( <u>RYB, SEL</u> ,) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Pasta z ryby gotowanej (morszczyk) z warzywami (). 100 g ( <u>RYB, SEL</u> ,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ,) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>MLE</u> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Pasta z ryby gotowanej (morszczyk) z warzywami (). 100 g ( <u>RYB, SEL</u> ,) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <u>MLE</u> ,) Wafle ryżowe 20 g			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> ,)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ,) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <u>MLE</u> ,)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ZYT</u> ,) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <u>MLE</u> ,)		Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <u>MLE</u> ,)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ZYT</u> ,) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <u>MLE</u> ,)
PN	Wartość energetyczna: 2532,82 kcal; Białko ogółem: 99,58 g; Tłuszcz: 78,90 g; Kw. tł. nasy.: 40,45 g; Węglowodany ogółem: 368,37 g; W tym cukry: 68,76 g; Błonnik pok.: 36,52 g; Sól: 5,68 g;	Wartość energetyczna: 2382,96 kcal; Białko ogółem: 89,10 g; Tłuszcz: 73,21 g; Kw. tł. nasy.: 39,88 g; Węglowodany ogółem: 352,08 g; W tym cukry: 70,79 g; Błonnik pok.: 23,87 g; Sól: 5,63 g;	Wartość energetyczna: 2482,71 kcal; Białko ogółem: 89,62 g; Tłuszcz: 72,96 g; Kw. tł. nasy.: 39,79 g; Węglowodany ogółem: 374,28 g; W tym cukry: 83,78 g; Błonnik pok.: 24,00 g; Sól: 5,60 g;	Wartość energetyczna: 2508,03 kcal; Białko ogółem: 96,21 g; Tłuszcz: 67,14 g; Kw. tł. nasy.: 36,67 g; Węglowodany ogółem: 388,68 g; W tym cukry: 90,22 g; Błonnik pok.: 24,75 g; Sól: 4,94 g;	Wartość energetyczna: 2409,10 kcal; Białko ogółem: 123,01 g; Tłuszcz: 118,84 g; Kw. tł. nasy.: 29,86 g; Węglowodany ogółem: 321,98 g; W tym cukry: 100,40 g; Błonnik pok.: 20,89 g; Sól: 4,93 g;	Wartość energetyczna: 2201,12 kcal; Białko ogółem: 88,47 g; Kw. tł. nasy.: 41,18 g; Węglowodany ogółem: 218,94 g; W tym cukry: 79,50 g; Błonnik pok.: 10,75 g; Sól: 2,65 g;	Wartość energetyczna: 2425,93 kcal; Białko ogółem: 107,25 g; Tłuszcz: 81,23 g; Kw. tł. nasy.: 42,43 g; Węglowodany ogółem: 331,42 g; W tym cukry: 53,50 g; Błonnik pok.: 40,08 g; Sól: 6,24 g;	Wartość energetyczna: 2435,71 kcal; Białko ogółem: 95,08 g; Tłuszcz: 75,20 g; Kw. tł. nasy.: 42,43 g; Węglowodany ogółem: 352,93 g; W tym cukry: 54,75 g; Błonnik pok.: 25,86 g; Sól: 8,22 g;	Wartość energetyczna: 2504,62 kcal; Białko ogółem: 87,42 g; Tłuszcz: 83,68 g; Kw. tł. nasy.: 47,35 g; Węglowodany ogółem: 361,78 g; W tym cukry: 65,72 g; Błonnik pok.: 26,24 g; Sól: 6,18 g;	Wartość energetyczna: 1943,02 kcal; Białko ogółem: 55,87 g; Tłuszcz: 67,27 g; Kw. tł. nasy.: 32,69 g; Węglowodany ogółem: 375,75 g; W tym cukry: 44,15 g; Błonnik pok.: 15,48 g; Sól: 1,84 g;	Wartość energetyczna: 2556,17 kcal; Białko ogółem: 73,02 g; Tłuszcz: 85,34 g; Kw. tł. nasy.: 53,47 g; Węglowodany ogółem: 387,28 g; W tym cukry: 77,33 g; Błonnik pok.: 23,02 g; Sól: 6,82 g;	Wartość energetyczna: 2812,86 kcal; Białko ogółem: 101,12 g; Tłuszcz: 100,41 g; Kw. tł. nasy.: 58,54 g; Węglowodany ogółem: 387,28 g; W tym cukry: 56,58 g; Błonnik pok.: 27,98 g; Sól: 10,11 g;	Wartość energetyczna: 2812,86 kcal; Białko ogółem: 101,12 g; Tłuszcz: 100,41 g; Kw. tł. nasy.: 58,54 g; Węglowodany ogółem: 387,28 g; W tym cukry: 56,58 g; Błonnik pok.: 27,98 g; Sól: 10,11 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-03-31 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzycowa niskotłuszczowa	KRK- RYD Vegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
II-SN	Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Salata zielona 20 g Papryka świeża 80 g Chrzan ze śmietaną 20 g (MLE, SO2.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Serek naturalny Bieluch 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Jabłka prażone b/c 100 g	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Serek naturalny Bieluch 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Jabłka prażone b/c 100 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Serek naturalny Bieluch 100 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Serek naturalny Bieluch 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Serek naturalny Bieluch 100 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Jabłka prażone b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Jabłka prażone b/c 100 g
Obiad	Żurek z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT.) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab pieczony w rękawie 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Cwikła z jabłkiem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Ciasto marchewkowe-wyrób z ciasta biszkoptowo tłuszczowego 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Ciasto marchewkowe-wyrób z ciasta biszkoptowo tłuszczowego 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany -zmielony 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Ciasto marchewkowe-wyrób z ciasta biszkoptowo tłuszczowego 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Żurek z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT.) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Cwikła z jabłkiem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Żurek z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT.) Ziemniaki gotowane () 200 g Falafele klopiaki z ciecierzycy 100 g (GLU PSZ, SEL.) Cwikła z jabłkiem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Ciasto marchewkowe-wyrób z ciasta biszkoptowo tłuszczowego 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Ziemniaki gotowane () 200 g Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL.) Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (GLU PSZ.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Ciasto marchewkowe-wyrób z ciasta biszkoptowo tłuszczowego 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Żurek z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT.) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (GLU PSZ.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Ciasto marchewkowe-wyrób z ciasta biszkoptowo tłuszczowego 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Żurek z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT.) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (GLU PSZ.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD								Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml				Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
Kolacja	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (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 pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU 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 pomidorowy 200 ml	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb 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 pomidorowy 200 ml	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 z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
PN	Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać:</u> MLE.)				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać:</u> MLE.)		Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać:</u> MLE.)		Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać:</u> MLE.)	
	Wartość energetyczna: 2313.74 kcal; Białko ogółem: 104.55 g; Tłuszcz: 64.37 g; Kw. tł. nasy.: 31.83 g; Węglowodany ogółem: 341.02 g; W tym cukry: 73.27 g; Błonnik pok.: 28.85 g; Sól: 8.72 g;	Wartość energetyczna: 2265.30 kcal; Białko ogółem: 103.06 g; Tłuszcz: 70.20 g; Kw. tł. nasy.: 30.64 g; Węglowodany ogółem: 335.13 g; W tym cukry: 66.94 g; Błonnik pok.: 23.97 g; Sól: 8.02 g;	Wartość energetyczna: 2448.82 kcal; Białko ogółem: 109.55 g; Tłuszcz: 70.20 g; Kw. tł. nasy.: 35.17 g; Węglowodany ogółem: 356.36 g; W tym cukry: 66.73 g; Błonnik pok.: 26.08 g; Sól: 8.77 g;	Wartość energetyczna: 2858.11 kcal; Białko ogółem: 121.22 kcal; Tłuszcz: 76.90 g; Kw. tł. nasy.: 38.77 g; Węglowodany ogółem: 424.94 g; W tym cukry: 86.68 g; Błonnik pok.: 27.63 g; Sól: 8.87 g;	Wartość energetyczna: 2431.22 kcal; Białko ogółem: 121.94 g; Tłuszcz: 114.83 g; Kw. tł. nasy.: 27.48 g; Węglowodany ogółem: 235.14 g; W tym cukry: 93.23 g; Błonnik pok.: 21.10 g; Sól: 4.03 g;	Wartość energetyczna: 2197.52 kcal; Białko ogółem: 137.86 g; Tłuszcz: 84.97 g; Kw. tł. nasy.: 38.98 g; Węglowodany ogółem: 225.13 g; W tym cukry: 74.80 g; Błonnik pok.: 13.72 g; Sól: 2.55 g;	Wartość energetyczna: 2290.64 kcal; Białko ogółem: 119.52 g; Tłuszcz: 73.26 g; Kw. tł. nasy.: 36.00 g; Węglowodany ogółem: 361.03 g; W tym cukry: 61.38 g; Błonnik pok.: 36.32 g; Sól: 9.55 g;	Wartość energetyczna: 2537.66 kcal; Białko ogółem: 119.98 g; Tłuszcz: 73.26 g; Kw. tł. nasy.: 40.21 g; Węglowodany ogółem: 361.03 g; W tym cukry: 56.80 g; Błonnik pok.: 29.46 g; Sól: 10.83 g;	Wartość energetyczna: 2600.45 kcal; Białko ogółem: 90.12 g; Tłuszcz: 59.39 g; Kw. tł. nasy.: 44.57 g; Węglowodany ogółem: 361.91 g; W tym cukry: 71.92 g; Błonnik pok.: 26.31 g; Sól: 6.73 g;	Wartość energetyczna: 1972.36 kcal; Białko ogółem: 80.34 g; Tłuszcz: 62.32 g; Kw. tł. nasy.: 27.61 g; Węglowodany ogółem: 284.73 g; W tym cukry: 58.29 g; Błonnik pok.: 18.49 g; Sól: 4.89 g;	Wartość energetyczna: 2328.07 kcal; Białko ogółem: 102.87 g; Tłuszcz: 62.32 g; Kw. tł. nasy.: 31.22 g; Węglowodany ogółem: 349.93 g; W tym cukry: 69.90 g; Błonnik pok.: 27.18 g; Sól: 9.59 g;	Wartość energetyczna: 2391.91 kcal; Białko ogółem: 109.90 g; Tłuszcz: 64.38 g; Kw. tł. nasy.: 36.08 g; Węglowodany ogółem: 353.90 g; W tym cukry: 56.47 g; Błonnik pok.: 30.56 g; Sól: 11.56 g;

### **Oznaczenia alergenów:**

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

### **Oznaczenia wskaźników odż.:**

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

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzycowa niskotłuszczowa	KRK- RYD Vegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
II ŚNIADANIE	Płatki jęczmieńne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb Graham 70 g (GLU, PSZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Pomidor 90 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Roszponka 10 g (GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE.)	Płatki jęczmieńne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Pomidor 90 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Roszponka 10 g (GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE.)	Płatki jęczmieńne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Jabłko pieczone 150 g (GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE.)	Płatki jęczmieńne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Jabłko pieczone 150 g (GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE.)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU, JECZ.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (GLUPSZ, SOJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Pomidor 90 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Roszponka 10 g (GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (MLE, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Jabłko pieczone 150 g (GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE.)	Płatki jęczmieńne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Pomidor 90 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Roszponka 10 g (GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE.)	Chleb bezglutenowy 100 g (MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Pomidor 90 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Roszponka 10 g (GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE.)	Płatki jęczmieńne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Jabłko pieczone 150 g (GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE.)	Płatki jęczmieńne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Jabłko pieczone 150 g (GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE.)
	II ŚNIADANIE	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)										
OBIĄD	Rosół z makaronem ( ) 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka wielowarzynna z olejem ( ) 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem ( ) 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udko gotowane bez skóry 1 szt. 210 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udko gotowane bez skóry 1 szt. 210 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem ( ) 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Potrawka drobiowa z warzywami ( ) 200 g (GLU, PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem ( ) 700 g (GLUPSZ, JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD ( ) 700 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem ( ) 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udko gotowane bez skóry 1 szt. 210 g Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzynna z olejem b/c ( ) 100 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udko gotowane bez skóry 1 szt. 210 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Kotlety sojowe 100 g (SOJ.) Surówka wielowarzynna z olejem ( ) 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem (bez glutenu) ( ) 400 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udko gotowane bez skóry 1 szt. 210 g Brokuł gotowany* 200 g	Rosół z makaronem ( ) 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udko gotowane bez skóry 1 szt. 210 g Brokuł gotowany* 200 g	
	OBIĄD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml										
KOLACJA	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salatka jarzynowa - dieta ( ) 100 g (MLE, SEL.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salatka jarzynowa - dieta ( ) 100 g (MLE, SEL.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Grysiówka ( ) 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salatka jarzynowa - dieta ( ) 100 g (MLE, SEL.)	Płynna odżywcza - grysiówka ( ) RYD 700 g (GLUPSZ, JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD ( ) 700 ml (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Salatka jarzynowa - dieta ( ) 100 g (MLE, SEL.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (MLE, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Salatka jarzynowa - dieta ( ) 100 g (MLE, SEL.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salatka jarzynowa - dieta ( ) 100 g (MLE, SEL.)	Salata zielona 20 g (MLE.) Chleb bezglutenowy 100 g (MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salatka jarzynowa - dieta ( ) 100 g (MLE, SEL.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	
	KOLACJA	Przecier owocowo-warzynny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)										
PN	Przecier owocowo-warzynny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Przecier owocowo-warzynny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Przecier owocowo-warzynny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU, PSZ, MLE.) Przecier owocowo-warzynny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU, ZYT.) Przecier owocowo-warzynny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Przecier owocowo-warzynny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Przecier owocowo-warzynny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Przecier owocowo-warzynny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Przecier owocowo-warzynny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Przecier owocowo-warzynny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	
	PN	Wartość energetyczna: 3104.52 kcal; Białko ogółem: 141.78 g; Tłuszcz: 130.33 g; Kw. tł. nasy.: 55.38 g; Węglowodany ogółem: 354.92 g; W tym cukry: 96.78 g; Błonnik pok.: 30.41 g; Sól: 9.63 g;										



Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwostrawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzykowa	KRK- RYD 7a.Cukrzykowa niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
II SN	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Paszet Ciechanowski-Paszet drobiowy z dodatkami surowców wierzprowych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Ogórek kiszony 80 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Salata lodowa 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szyznowka dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g Salata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szyznowka dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Sok pomidorowy 200ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szyznowka dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Sok pomidorowy 200ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (GLUPSZ, SOJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szyznowka dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g Ogórek kiszony 80 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Salata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szyznowka dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Sok pomidorowy 200ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szyznowka dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250ml Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szyznowka dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250ml Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Paszet Ciechanowski-Paszet drobiowy z dodatkami surowców wierzprowych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Sok pomidorowy 200ml	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 (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Sok pomidorowy 200ml	
Obiad	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Pulpet wierzprowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy ( ) 100 ml (GLUPSZ, 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	Sonda obiadowa RYD ( ) 700 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Gulasz warzywny z olejem ( ) 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem ( ) 100 g (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 wierzprowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy ( ) 100 ml (GLUPSZ, 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 olejem ( ) 200 g Surówka z marchwi z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* (bez glutenu) 200 g (SOJ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (GLUPSZ, SOJ, SEL.) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE.)	
PD													
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.) Pastaz ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami ( ). 100 g (RYB, SEL.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szyznowka dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Szyznowka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szyznowka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Ziemniaczana ( ) 400ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250ml	Sonda kolacyjna RYD ( ) 700 ml (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pastaz z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami ( ). 100 g (RYB, SEL.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szyznowka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szyznowka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250ml Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pastaz z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami ( ). 100 g (RYB, SEL.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szyznowka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szyznowka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		
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 mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	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.)	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: 2637.50 kcal; Białko ogółem: 95.12 g; Tłuszcz: 88.30 g; Kw. tł. nasy.: 37.11 g; Węglowodany ogółem: 381.13 g; W tym cukry: 82.87 g; Błonnik pok.: 37.35 g; Sol: 9.39 g;	Wartość energetyczna: 2468.17 kcal; Białko ogółem: 89.03 g; Tłuszcz: 81.16 g; Kw. tł. nasy.: 35.10 g; Węglowodany ogółem: 359.75 g; W tym cukry: 79.59 g; Błonnik pok.: 33.18 g; Sol: 8.27 g;	Wartość energetyczna: 2494.81 kcal; Białko ogółem: 99.12 g; Tłuszcz: 79.43 g; Kw. tł. nasy.: 37.45 g; Węglowodany ogółem: 357.11 g; W tym cukry: 70.66 g; Błonnik pok.: 28.05 g; Sol: 9.79 g;	Wartość energetyczna: 2273.59 kcal; Białko ogółem: 107.43 g; Tłuszcz: 79.12 g; Kw. tł. nasy.: 37.00 g; Węglowodany ogółem: 409.20 g; W tym cukry: 74.85 g; Błonnik pok.: 31.64 g; Sol: 4.27 g;	Wartość energetyczna: 2201.12 kcal; Białko ogółem: 124.68 g; Tłuszcz: 119.33 g; Kw. tł. nasy.: 29.99 g; Węglowodany ogółem: 230.34 g; W tym cukry: 79.50 g; Błonnik pok.: 10.75 g; Sol: 2.65 g;	Wartość energetyczna: 2311.12 kcal; Białko ogółem: 138.42 g; Tłuszcz: 78.54 g; Kw. tł. nasy.: 36.26 g; Węglowodany ogółem: 318.79 g; W tym cukry: 70.36 g; Błonnik pok.: 44.71 g; Sol: 10.04 g;	Wartość energetyczna: 2331.95 kcal; Białko ogółem: 93.38 g; Tłuszcz: 77.57 g; Kw. tł. nasy.: 38.90 g; Węglowodany ogółem: 324.00 g; W tym cukry: 63.29 g; Błonnik pok.: 30.48 g; Sol: 11.09 g;	Wartość energetyczna: 2536.70 kcal; Białko ogółem: 79.68 g; Tłuszcz: 88.53 g; Kw. tł. nasy.: 46.11 g; Węglowodany ogółem: 259.09 g; W tym cukry: 58.31 g; Błonnik pok.: 31.83 g; Sol: 7.70 g;	Wartość energetyczna: 2536.70 kcal; Białko ogółem: 50.42 g; Tłuszcz: 74.24 g; Kw. tł. nasy.: 28.17 g; Węglowodany ogółem: 259.09 g; W tym cukry: 58.31 g; Błonnik pok.: 26.65 g; Sol: 4.94 g;	Wartość energetyczna: 2509.94 kcal; Białko ogółem: 86.69 g; Tłuszcz: 82.99 g; Kw. tł. nasy.: 36.53 g; Węglowodany ogółem: 365.72 g; W tym cukry: 77.05 g; Błonnik pok.: 31.58 g; Sol: 9.75 g;	Wartość energetyczna: 2656.00 kcal; Białko ogółem: 99.61 g; Tłuszcz: 88.42 g; Kw. tł. nasy.: 42.01 g; Węglowodany ogółem: 379.67 g; W tym cukry: 87.63 g; Błonnik pok.: 34.78 g; Sol: 11.46 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzycowa niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenno długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU OW.) Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (GLUPSZ, SOJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250ml Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200ml
TUSN							Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko pieczone 150 g
Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Kotlet mielony drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Buraczki podprawiane -drobno tarte ( ) 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysiówka ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte ( ) 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - gnyśkowa ( ) RYD 700 g (GLUPSZ, JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD ( ) 700 ml (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) ( ) 200 g (GLU PSZ.) Sałata szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) ( ) 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Zapiekanka z ziemniak. i warzyw ( ) 350 g (JAJ, MLE, SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte ( ) 200 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 100 g (JAJ.) Sos jarzynowy (bez glutenu) ( ) 100 ml (SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte ( ) (bez glutenu) 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysiówka ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 100 g (JAJ.) Sos jarzynowy (bez glutenu) ( ) 100 ml (SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte ( ) (bez glutenu) 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Zapiekanka z ziemniak. i warzyw ( ) 350 g (JAJ, MLE, SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte ( ) 200 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysiówka ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte ( ) 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD							Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE.)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE.)
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250ml	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 dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 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 dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g Ryżowa ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250ml Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Bułka pszenno długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g Ryżowa ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płynna odżywcza - ryżowa ( ) RYD 700 g (JAJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250ml	Sonda kolacyjna RYD ( ) 700 ml (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g Twarożek 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata lodowa 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250ml Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 2 szt (MLE.)			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 2 szt (MLE.)	Wafle ryżowe 20 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 2 szt (MLE.)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 2 szt (MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.)
	Wartość energetyczna: 3301,16 kcal; Białko ogółem: 114,67 g; Tłuszcz: 110,03 g; Kw. tł. nasy.: 52,55 g; Węglowodany ogółem: 403,91 g; W tym cukry: 83,84 g; Błonnik pok.: 33,80 g; Sól: 6,78 g;	Wartość energetyczna: 2425,86 kcal; Białko ogółem: 99,33 g; Tłuszcz: 72,21 g; Kw. tł. nasy.: 40,80 g; Węglowodany ogółem: 355,89 g; W tym cukry: 82,98 g; Błonnik pok.: 25,72 g; Sól: 7,65 g;	Wartość energetyczna: 2426,73 kcal; Białko ogółem: 101,39 g; Tłuszcz: 71,73 g; Kw. tł. nasy.: 40,77 g; Węglowodany ogółem: 351,01 g; W tym cukry: 70,62 g; Błonnik pok.: 26,05 g; Sól: 6,59 g;	Wartość energetyczna: 2426,73 kcal; Białko ogółem: 106,38 g; Tłuszcz: 65,97 g; Kw. tł. nasy.: 34,51 g; Węglowodany ogółem: 369,43 g; W tym cukry: 77,61 g; Błonnik pok.: 26,83 g; Sól: 6,01 g;	Wartość energetyczna: 2533,91 kcal; Białko ogółem: 128,05 g; Tłuszcz: 123,20 g; Kw. tł. nasy.: 30,65 g; Węglowodany ogółem: 238,82 g; W tym cukry: 100,62 g; Błonnik pok.: 21,90 g; Sól: 4,26 g;	Wartość energetyczna: 2201,12 kcal; Białko ogółem: 138,42 g; Tłuszcz: 88,47 g; Kw. tł. nasy.: 41,18 g; Węglowodany ogółem: 218,94 g; W tym cukry: 79,50 g; Błonnik pok.: 10,75 g; Sól: 2,65 g;	Wartość energetyczna: 241,95 kcal; Białko ogółem: 105,31 g; Tłuszcz: 87,58 g; Kw. tł. nasy.: 46,64 g; Węglowodany ogółem: 332,34 g; W tym cukry: 62,39 g; Błonnik pok.: 36,61 g; Sól: 9,75 g;	Wartość energetyczna: 2263,52 kcal; Białko ogółem: 92,77 g; Tłuszcz: 63,30 g; Kw. tł. nasy.: 35,90 g; Węglowodany ogółem: 340,98 g; W tym cukry: 66,11 g; Błonnik pok.: 29,36 g; Sól: 9,48 g;	Wartość energetyczna: 2610,57 kcal; Białko ogółem: 98,60 g; Tłuszcz: 92,28 g; Kw. tł. nasy.: 49,49 g; Węglowodany ogółem: 362,33 g; W tym cukry: 95,00 g; Błonnik pok.: 34,37 g; Sól: 5,78 g;	Wartość energetyczna: 2014,77 kcal; Białko ogółem: 69,37 g; Tłuszcz: 68,16 g; Kw. tł. nasy.: 34,15 g; Węglowodany ogółem: 286,45 g; W tym cukry: 58,46 g; Błonnik pok.: 16,45 g; Sól: 4,29 g;	Wartość energetyczna: 2426,73 kcal; Białko ogółem: 101,39 g; Tłuszcz: 71,73 g; Kw. tł. nasy.: 40,77 g; Węglowodany ogółem: 351,01 g; W tym cukry: 70,62 g; Błonnik pok.: 26,05 g; Sól: 6,59 g;	Wartość energetyczna: 2557,73 kcal; Białko ogółem: 107,69 g; Tłuszcz: 72,18 g; Kw. tł. nasy.: 40,26 g; Węglowodany ogółem: 380,57 g; W tym cukry: 84,73 g; Błonnik pok.: 31,48 g; Sól: 9,86 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzycowa niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Chleb Graham 70 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u> )	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</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> ) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u> )	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</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> ) Twarożek 100 g ( <u>MLE</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u> ) Sok marchwiowy 200 ml	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek 100 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u> ) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u> )	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/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> ) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ) Ogórek kiszony 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u> ) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u> ) Twarożek 100 g ( <u>MLE</u> ) Sok marchwiowy 200 ml	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ) Ogórek kiszony 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u> ) Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>MLE</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ) Ogórek kiszony 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u> ) Salata zielona 20 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</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> ) Ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u> ) Sok marchwiowy 200 ml	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u> ) Sok marchwiowy 200 ml
	IN						Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )	Jabłko pieczone 150 g				Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami (I) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Cukinia pieczona z olejem 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (I) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Risotto z mięsem wierz i warzywami (I) 350 g ( <u>SEL</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Cukinia pieczona z olejem 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Płynna odżywcza - RYD 700g ( <u>JAJ, SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD (I) 700 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami (I) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT</u> ) Risotto z mięsem wierz i warzywami (I) 350 g ( <u>SEL</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Cukinia pieczona z olejem 200 g Surówka wykwitnita z olejem b/c 100 g ( <u>JAJ, GOR</u> ) Cukinia pieczona z olejem 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami (I) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT</u> ) Risotto z mięsem wierz i warzywami (I) 350 g ( <u>SEL</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Cukinia pieczona z olejem 200 g Surówka wykwitnita z olejem b/c 100 g ( <u>JAJ, GOR</u> ) Cukinia pieczona z olejem 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (I) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT</u> ) Risotto z mięsem wierz i warzywami (I) 350 g ( <u>SEL</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Cukinia pieczona z olejem b/c 200 g ( <u>JAJ, GOR</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) (I) 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Risotto z mięsem wierz i warzywami (I) 350 g ( <u>SEL</u> ) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Cukinia pieczona z olejem 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami (I) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT</u> ) Risotto z mięsem wierz i warzywami (I) 350 g ( <u>SEL</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Cukinia pieczona z olejem 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
	PD						Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE</u> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Jarzynowa z makaronem diet (I) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE</u> )	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem (I) RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD (I) 700 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE</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> ) Hummus 100 g ( <u>SEZ</u> ) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE</u> )		
	PN	Serek Almette mini 30g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Serek Almette mini 30g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ZYT</u> ) Serek Almette mini 30g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Serek Almette mini 30g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Wafle ryżowe 20 g Serek Almette mini 30g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Serek Almette mini 30g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ZYT</u> ) Serek Almette mini 30g 1 szt ( <u>MLE</u> )
	Wartość energetyczna: 2746,71 kcal; Białko ogółem: 110,99 g; Tłuszcz: 101,52 g; Kw. tł. nasy.: 44,77 g; Węglowodany ogółem: 360,55 g; W tym cukry: 69,09 g; Błonnik pok.: 29,58 g; Sol: 7,77 g;	Wartość energetyczna: 2640,76 kcal; Białko ogółem: 107,18 g; Tłuszcz: 93,91 g; Kw. tł. nasy.: 43,39 g; Węglowodany ogółem: 352,69 g; W tym cukry: 67,48 g; Błonnik pok.: 24,62 g; Sol: 6,43 g;	Wartość energetyczna: 2721,94 kcal; Białko ogółem: 106,21 g; Tłuszcz: 93,59 g; Kw. tł. nasy.: 43,22 g; Węglowodany ogółem: 370,18 g; W tym cukry: 85,33 g; Błonnik pok.: 24,15 g; Sol: 6,45 g;	Wartość energetyczna: 2737,14 kcal; Białko ogółem: 111,38 g; Tłuszcz: 117,06 g; Kw. tł. nasy.: 37,71 g; Węglowodany ogółem: 387,65 g; W tym cukry: 89,60 g; Błonnik pok.: 28,34 g; Sol: 6,18 g;	Wartość energetyczna: 2490,34 kcal; Białko ogółem: 128,22 g; Tłuszcz: 84,97 g; Kw. tł. nasy.: 28,07 g; Węglowodany ogółem: 239,64 g; W tym cukry: 96,10 g; Błonnik pok.: 23,47 g; Sol: 4,19 g;	Wartość energetyczna: 2197,52 kcal; Białko ogółem: 137,86 g; Tłuszcz: 85,92 g; Kw. tł. nasy.: 38,98 g; Węglowodany ogółem: 225,13 g; W tym cukry: 74,80 g; Błonnik pok.: 13,72 g; Sol: 2,55 g;	Wartość energetyczna: 2282,97 kcal; Białko ogółem: 98,40 g; Tłuszcz: 90,69 g; Kw. tł. nasy.: 41,25 g; Węglowodany ogółem: 282,43 g; W tym cukry: 31,36 g; Błonnik pok.: 30,91 g; Sol: 7,61 g;	Wartość energetyczna: 2413,91 kcal; Białko ogółem: 95,14 g; Tłuszcz: 123,19 g; Kw. tł. nasy.: 40,15 g; Węglowodany ogółem: 363,99 g; W tym cukry: 65,28 g; Błonnik pok.: 28,50 g; Sol: 7,33 g;	Wartość energetyczna: 2316,00 kcal; Białko ogółem: 96,14 g; Tłuszcz: 87,32 g; Kw. tł. nasy.: 44,07 g; Węglowodany ogółem: 363,99 g; W tym cukry: 70,24 g; Błonnik pok.: 27,94 g; Sol: 8,53 g;	Wartość energetyczna: 2155,59 kcal; Białko ogółem: 70,36 g; Tłuszcz: 87,32 g; Kw. tł. nasy.: 36,32 g; Węglowodany ogółem: 364,08 g; W tym cukry: 42,74 g; Błonnik pok.: 18,87 g; Sol: 3,12 g;	Wartość energetyczna: 2741,96 kcal; Białko ogółem: 95,24 g; Tłuszcz: 102,92 g; Kw. tł. nasy.: 49,44 g; Węglowodany ogółem: 364,08 g; W tym cukry: 82,98 g; Błonnik pok.: 24,65 g; Sol: 7,45 g;	Wartość energetyczna: 2756,93 kcal; Białko ogółem: 98,03 g; Tłuszcz: 103,30 g; Kw. tł. nasy.: 50,51 g; Węglowodany ogółem: 366,01 g; W tym cukry: 64,83 g; Błonnik pok.: 27,04 g; Sol: 8,71 g;



Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzycowa niskotłuszczowa	KRK- RYD Vegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c		
2024-04-06 sobota	Śniadanie	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.) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane, wędz.p arz. 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.) Pierś delikatna z kurnej polki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 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.) Pierś delikatna z kurnej polki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurnej polki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (GLUPSZ, SOJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurnej polki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurnej polki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 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.) Pierś delikatna z kurnej polki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 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.) Pomidor 80 g	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 b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Paszet Cięchanowski-Paszet drobiowy z dodatkiem surowców wierzprowych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	
		Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE.)											Jabłko pieczone 150 g	
2024-04-06 sobota	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Bitka wołowa 100 g (GLU PSZ.) Sos własny () 100ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Bitka wołowa 100 g (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Bitka wołowa -zmielona 100 g (GLU PSZ.) Sos własny () 100ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 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	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Bitka wołowa 100 g (GLU PSZ.) Sos własny () 100ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Bitka wołowa 100 g (GLU PSZ.) Sos własny () 100ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna z warzywami i soczewicą vegetariańskie () 350 g (SEL, GLU JECZ.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Bitka wołowa (bez glutenu) 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU PSZ, SEL.) Bitka wołowa 100 g (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			
		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml											Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	
2024-04-06 sobota	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250ml	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 kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 80 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g Grysiówka w 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (SEL.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g Grysiówka w 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 - grysiówka () RYD 700 g (GLUPSZ, JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w ost.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.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną 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.) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 80 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 80 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU 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 b/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.)	
		Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać</u> : MLE.)											Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.) 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.)
2024-04-06 sobota	PN	Wartość energetyczna: 2918.80 kcal; Białko ogółem: 120.11 g; Tłuszcz: 107.90 g; Kw. tł. nasy.: 43.17 g; Węglowodany ogółem: 386.81 g; W tym cukry: 80.56 g; Błonnik pok.: 35.19 g; Sól: 10.67 g;	Wartość energetyczna: 2557.68 kcal; Białko ogółem: 101.79 g; Tłuszcz: 86.00 g; Kw. tł. nasy.: 35.93 g; Węglowodany ogółem: 374.01 g; W tym cukry: 83.31 g; Błonnik pok.: 31.36 g; Sól: 8.35 g;	Wartość energetyczna: 2636.27 kcal; Białko ogółem: 100.94 g; Tłuszcz: 87.24 g; Kw. tł. nasy.: 35.04 g; Węglowodany ogółem: 374.01 g; W tym cukry: 100.18 g; Błonnik pok.: 30.58 g; Sól: 8.43 g;	Wartość energetyczna: 2681.64 kcal; Białko ogółem: 105.86 g; Tłuszcz: 85.24 g; Kw. tł. nasy.: 34.96 g; Węglowodany ogółem: 398.98 g; W tym cukry: 103.30 g; Błonnik pok.: 35.76 g; Sól: 8.45 g;	Wartość energetyczna: 2497.92 kcal; Białko ogółem: 122.44 g; Tłuszcz: 85.24 g; Kw. tł. nasy.: 27.80 g; Węglowodany ogółem: 229.84 g; W tym cukry: 110.62 g; Błonnik pok.: 24.12 g; Sól: 4.31 g;	Wartość energetyczna: 2212.52 kcal; Białko ogółem: 135.82 g; Tłuszcz: 85.24 g; Kw. tł. nasy.: 38.98 g; Węglowodany ogółem: 229.84 g; W tym cukry: 88.00 g; Błonnik pok.: 11.35 g; Sól: 2.55 g;	Wartość energetyczna: 2428.74 kcal; Białko ogółem: 115.19 g; Tłuszcz: 85.08 g; Kw. tł. nasy.: 37.11 g; Węglowodany ogółem: 317.87 g; W tym cukry: 61.02 g; Błonnik pok.: 37.15 g; Sól: 9.91 g;	Wartość energetyczna: 2533.74 kcal; Białko ogółem: 104.49 g; Tłuszcz: 87.27 g; Kw. tł. nasy.: 33.09 g; Węglowodany ogółem: 344.60 g; W tym cukry: 69.23 g; Błonnik pok.: 34.57 g; Sól: 9.75 g;	Wartość energetyczna: 2573.66 kcal; Białko ogółem: 85.86 g; Tłuszcz: 81.13 g; Kw. tł. nasy.: 28.92 g; Węglowodany ogółem: 374.40 g; W tym cukry: 84.63 g; Błonnik pok.: 37.92 g; Sól: 5.23 g;	Wartość energetyczna: 2134.58 kcal; Białko ogółem: 68.28 g; Tłuszcz: 81.56 g; Kw. tł. nasy.: 37.16 g; Węglowodany ogółem: 377.09 g; W tym cukry: 58.04 g; Błonnik pok.: 22.27 g; Sól: 4.66 g;	Wartość energetyczna: 2872.79 kcal; Białko ogółem: 107.53 g; Tłuszcz: 94.87 g; Kw. tł. nasy.: 40.22 g; Węglowodany ogółem: 403.07 g; W tym cukry: 92.30 g; Błonnik pok.: 43.02 g; Sól: 8.85 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzycowa niskotłuszczowa	KRK- RYD Vegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Chleb Graham 70 g (GLU PSZ, ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Salami kielbasa Wierzowo-wolowa drobno rozdrobniona surowo wędzona,dorżewajaca, wędzona 50 g (SOJ, SEL, GOR.) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	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 Wierzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka sołtysa Wierzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Jabłka prażone b/c 100 g	Platkowsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka sołtysa Wierzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Jabłka prażone b/c 100 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU OW.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (GLUPSZ, SOJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, ) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka sołtysa Wierzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka sołtysa Wierzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Jabłko prażone b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka sołtysa Wierzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka sołtysa Wierzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Jabłko prażone b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Szynka sołtysa Wierzowa,wędzona ,parzona 50 g Jabłko prażone b/c 100 g
II SN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml											
Obiad	Rosół z makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Surówka Colesław ( ) 200 g (JAJ, MLE, GOR.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Potrawka drobiowa z warzywami ( ) 200 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Potrawka drobiowa z warzywami ( ) 200 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem ( ) 700 g (GLUPSZ, JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD ( ) 700 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 100 g Surówka Colesław b/c ( ) 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Potrawka drobiowa z warzywami ( ) 200 g Surówka Colesław ( ) 200 g (JAJ, MLE, GOR.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem (bez glutenu) ( ) 400 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem ( ) 400 ml (MLE, PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem ( ) 400 ml (MLE, PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem ( ) 400 ml (MLE, PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD	Jabłko 150 g											
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.) Pastą z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pastą z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Jarzynowa z ryżem dieta ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD ( ) 700 ml (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, ) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pastą z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pastą z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser topiony 50 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser topiony 50 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
PN	Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać:</u> MLE.)											
	Kanaпка z szynką drobiową RYD (chleb razowy 80g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać:</u> MLE.)											
	Kanaпка 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 ( <u>może zawierać:</u> MLE.)											
	Wartość energetyczna: 2406.33 kcal; Białko ogółem: 107.19 g; Tłuszcz: 84.96 g; Kw. tł. nasy.: 42.27 g; Węglowodany ogółem: 291.00 g; W tym cukry: 69.72 g; Błonnik pok.: 25.57 g; Sól: 6.91 g;	Wartość energetyczna: 2148.33 kcal; Białko ogółem: 106.58 g; Tłuszcz: 75.54 g; Kw. tł. nasy.: 36.70 g; Węglowodany ogółem: 270.12 g; W tym cukry: 55.38 g; Błonnik pok.: 21.58 g; Sól: 6.69 g;	Wartość energetyczna: 2035.34 kcal; Białko ogółem: 85.89 g; Tłuszcz: 68.67 g; Kw. tł. nasy.: 31.95 g; Węglowodany ogółem: 301.34 g; W tym cukry: 59.91 g; Błonnik pok.: 26.98 g; Sól: 7.39 g;	Wartość energetyczna: 2483.44 kcal; Białko ogółem: 113.83 g; Tłuszcz: 120.08 g; Kw. tł. nasy.: 36.90 g; Węglowodany ogółem: 362.23 g; W tym cukry: 109.32 g; Błonnik pok.: 30.87 g; Sól: 7.53 g;	Wartość energetyczna: 2553.15 kcal; Białko ogółem: 126.73 g; Tłuszcz: 120.08 g; Kw. tł. nasy.: 38.52 g; Węglowodany ogółem: 250.12 g; W tym cukry: 88.00 g; Błonnik pok.: 22.44 g; Sól: 4.16 g;	Wartość energetyczna: 2212.52 kcal; Białko ogółem: 135.82 g; Tłuszcz: 85.21 g; Kw. tł. nasy.: 38.98 g; Węglowodany ogółem: 229.84 g; W tym cukry: 88.00 g; Błonnik pok.: 11.35 g; Sól: 2.55 g;	Wartość energetyczna: 2319.76 kcal; Białko ogółem: 114.76 g; Tłuszcz: 80.90 g; Kw. tł. nasy.: 38.18 g; Węglowodany ogółem: 297.65 g; W tym cukry: 74.36 g; Błonnik pok.: 33.58 g; Sól: 7.01 g;	Wartość energetyczna: 2207.82 kcal; Białko ogółem: 86.33 g; Tłuszcz: 59.65 g; Kw. tł. nasy.: 33.08 g; Węglowodany ogółem: 342.04 g; W tym cukry: 69.35 g; Błonnik pok.: 32.40 g; Sól: 8.71 g;	Wartość energetyczna: 2165.36 kcal; Białko ogółem: 88.79 g; Tłuszcz: 71.89 g; Kw. tł. nasy.: 39.44 g; Węglowodany ogółem: 297.07 g; W tym cukry: 69.35 g; Błonnik pok.: 30.03 g; Sól: 5.98 g;	Wartość energetyczna: 1994.29 kcal; Białko ogółem: 85.07 g; Tłuszcz: 76.33 g; Kw. tł. nasy.: 42.60 g; Węglowodany ogółem: 244.86 g; W tym cukry: 52.30 g; Błonnik pok.: 16.12 g; Sól: 3.59 g;	Wartość energetyczna: 2236.89 kcal; Białko ogółem: 95.51 g; Tłuszcz: 84.51 g; Kw. tł. nasy.: 33.63 g; Węglowodany ogółem: 282.25 g; W tym cukry: 52.30 g; Błonnik pok.: 23.19 g; Sól: 8.45 g;	Wartość energetyczna: 2409.36 kcal; Białko ogółem: 97.95 g; Tłuszcz: 85.49 g; Kw. tł. nasy.: 43.74 g; Węglowodany ogółem: 322.94 g; W tym cukry: 65.69 g; Błonnik pok.: 28.60 g; Sól: 9.77 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzycowa niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c					
2024-04-08 poniedziałek	II SN	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb Graham 70 g (GLU PSZ, ZYT), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Ogórek kiszony 90 g, Rukola 10 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JEJCZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Salata zielona 20 g, Pomidor 80 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JEJCZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Salata zielona 20 g, Pomidor 80 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JEJCZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JEJCZ.)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE), Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JEJCZ.)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (GLUPSZ, SOJ, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JEJCZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Rukola 10 g, Ogórek kiszony 90 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JEJCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JEJCZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Salata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Salata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JEJCZ.), Sok marchwiowy 200 ml				
			Kisiel o smaku malinowym b/c 200 ml											Kisiel o smaku malinowym b/c 200 ml			
2024-04-08 poniedziałek	PD	Obiad	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	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek ( ) z/c 80 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - barszcz czerwony z ziemniakami ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD ( ) 700 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek ( ) b/c 80 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek ( ) b/c 80 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (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	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek ( ) z/c 150 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek ( ) b/c 150 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek ( ) b/c 150 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt					
			Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE)											Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE)			
2024-04-08 poniedziałek	PN	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), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec ( ) 100 g (SEL), Pomidor 80 g, Salata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec ( ) 100 g (SEL), Jarzynowa z makaronem diety ( ) 400 ml (GLU PSZ, 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), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec ( ) 100 g (SEL), Jarzynowa z makaronem diety ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem ( ) RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD ( ) 700 ml (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec ( ) 100 g (SEL), Pomidor 80 g, Salata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec ( ) 100 g (SEL), Ser żółty 50 g (MLE), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), 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	Chleb bezglutenowy 100 g (MLE), 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	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Ser żółty 50 g (MLE), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Ser żółty 50 g (MLE), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Sok pomidorowy 200 ml				
			Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g, Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE)											Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT), Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT), Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g, Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE)
<p>Wartość energetyczna: 2367,59 kcal; Białko ogółem: 82,19 g; Tłuszcz: 73,26 g; Kw. tł. nasy.: 38,22 g; Węglowodany ogółem: 353,31 g; W tym cukry: 67,01 g; Błonnik pok.: 28,60 g; Sól: 8,11 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2341,21 kcal; Białko ogółem: 79,03 g; Tłuszcz: 71,70 g; Kw. tł. nasy.: 37,91 g; Węglowodany ogółem: 354,47 g; W tym cukry: 68,93 g; Błonnik pok.: 22,05 g; Sól: 6,50 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2387,56 kcal; Białko ogółem: 79,72 g; Tłuszcz: 71,65 g; Kw. tł. nasy.: 37,90 g; Węglowodany ogółem: 363,98 g; W tym cukry: 78,72 g; Błonnik pok.: 23,21 g; Sól: 7,66 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2432,40 kcal; Białko ogółem: 86,51 g; Tłuszcz: 69,06 g; Kw. tł. nasy.: 35,46 g; Węglowodany ogółem: 363,98 g; W tym cukry: 86,70 g; Błonnik pok.: 24,43 g; Sól: 7,25 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2508,78 kcal; Białko ogółem: 127,97 g; Tłuszcz: 88,47 g; Kw. tł. nasy.: 30,07 g; Węglowodany ogółem: 239,65 g; W tym cukry: 105,52 g; Błonnik pok.: 21,98 g; Sól: 4,36 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2201,12 kcal; Białko ogółem: 138,42 g; Tłuszcz: 88,47 g; Kw. tł. nasy.: 41,18 g; Węglowodany ogółem: 218,94 g; W tym cukry: 79,50 g; Błonnik pok.: 10,75 g; Sól: 2,65 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2047,44 kcal; Białko ogółem: 78,76 g; Tłuszcz: 70,96 g; Kw. tł. nasy.: 37,55 g; Węglowodany ogółem: 285,43 g; W tym cukry: 38,80 g; Błonnik pok.: 33,39 g; Sól: 8,19 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2164,16 kcal; Białko ogółem: 73,35 g; Tłuszcz: 69,15 g; Kw. tł. nasy.: 37,30 g; Węglowodany ogółem: 347,21 g; W tym cukry: 50,02 g; Błonnik pok.: 24,82 g; Sól: 8,72 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2397,37 kcal; Białko ogółem: 76,96 g; Tłuszcz: 81,72 g; Kw. tł. nasy.: 47,65 g; Węglowodany ogółem: 347,21 g; W tym cukry: 62,85 g; Błonnik pok.: 18,30 g; Sól: 7,60 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 1918,07 kcal; Białko ogółem: 46,07 g; Tłuszcz: 66,61 g; Kw. tł. nasy.: 30,99 g; Węglowodany ogółem: 377,70 g; W tym cukry: 44,29 g; Błonnik pok.: 16,66 g; Sól: 2,76 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2478,40 kcal; Białko ogółem: 77,69 g; Tłuszcz: 76,71 g; Kw. tł. nasy.: 45,74 g; Węglowodany ogółem: 377,70 g; W tym cukry: 74,91 g; Błonnik pok.: 22,25 g; Sól: 8,16 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2476,14 kcal; Białko ogółem: 64,29 g; Tłuszcz: 81,03 g; Kw. tł. nasy.: 49,15 g; Węglowodany ogółem: 362,21 g; W tym cukry: 59,08 g; Błonnik pok.: 24,64 g; Sól: 9,55 g;</p>																	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwostrawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzycowa niskotłuszczowa	KRK- RYD Vegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
2024-04-09 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmieńne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb Graham 70 g Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Rzodkiew biała 80 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.</b> )	Płatki jęczmieńne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.</b> )	Płatki jęczmieńne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.</b> )	Płatki jęczmieńne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.</b> )	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.</b> )	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml ( <b>GLU, PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.</b> )	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.</b> ) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Rzodkiew biała 80 g Salata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.</b> ) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok pomidorowy 200 ml	Płatki jęczmieńne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki jęczmieńne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.</b> ) Sok pomidorowy 200 ml	
		II SN	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )										
2024-04-09 wtorek	Obiad	Jarzynowa z zacierką () 400 ml ( <b>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Sos pietruszkowy () 100 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml ( <b>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony (zmielony) 100 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Sos pietruszkowy () 100 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml ( <b>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony (zmielony) 100 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Sos pietruszkowy () 100 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z zacierką () RYD 700 g ( <b>GLU, PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml ( <b>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml ( <b>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Sos pietruszkowy () 100 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka wykwintna z olejem b/c 200 g ( <b>JAJ, GOR.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml ( <b>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Sos pietruszkowy () 100 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL.</b> ) Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml ( <b>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Kotlety z buraki i kaszy jęczmieńnej 300 g ( <b>GLU, PSZ, JAJ, GLU, JECZ.</b> ) Surówka wykwintna z olejem b/c 200 g ( <b>JAJ, SEL.</b> ) Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony (bez glutenu) 100 g Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml ( <b>MLE.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml ( <b>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Sos pietruszkowy () 100 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
		PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml										
2024-04-09 wtorek	Kolejacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Serek naturalny Bieluch 100 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Rzodkiew biała 80 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Serek naturalny Bieluch 100 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g ( <b>JAJ, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml ( <b>GLU, PSZ, SOJ, MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Serek naturalny Bieluch 100 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g		
		PN	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt			Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Kanaпка z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <b>GLU, PSZ, MLE.</b> ) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt		Kanaпка z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <b>GLU, PSZ, MLE, GLU, ZYT.</b> ) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2401.53 kcal; Białko ogółem: 105.77 g; Tłuszcz: 81.05 g; Kw. tł. nasy.: 34.43 g; Węglowodany ogółem: 325.98 g; W tym cukry: 72.27 g; Błonnik pok.: 28.96 g; Sól: 7.19 g;	Wartość energetyczna: 2270.51 kcal; Białko ogółem: 100.99 g; Tłuszcz: 68.18 g; Kw. tł. nasy.: 33.51 g; Węglowodany ogółem: 326.92 g; W tym cukry: 76.79 g; Błonnik pok.: 29.07 g; Sól: 7.45 g;	Wartość energetyczna: 2459.89 kcal; Białko ogółem: 107.49 g; Tłuszcz: 76.63 g; Kw. tł. nasy.: 37.56 g; Węglowodany ogółem: 348.59 g; W tym cukry: 91.09 g; Błonnik pok.: 31.39 g; Sól: 8.20 g;	Wartość energetyczna: 2591.24 kcal; Białko ogółem: 113.37 g; Tłuszcz: 76.26 g; Kw. tł. nasy.: 37.13 g; Węglowodany ogółem: 378.31 g; W tym cukry: 96.00 g; Błonnik pok.: 32.17 g; Sól: 7.92 g;	Wartość energetyczna: 2513.58 kcal; Białko ogółem: 127.28 g; Tłuszcz: 118.07 g; Kw. tł. nasy.: 28.33 g; Węglowodany ogółem: 245.15 g; W tym cukry: 74.80 g; Błonnik pok.: 25.75 g; Sól: 4.97 g;	Wartość energetyczna: 2197.52 kcal; Białko ogółem: 137.86 g; Tłuszcz: 84.97 g; Kw. tł. nasy.: 38.98 g; Węglowodany ogółem: 378.74 g; W tym cukry: 52.54 g; Błonnik pok.: 13.72 g; Sól: 2.55 g;	Wartość energetyczna: 2348.83 kcal; Białko ogółem: 103.79 g; Tłuszcz: 70.21 g; Kw. tł. nasy.: 32.59 g; Węglowodany ogółem: 320.74 g; W tym cukry: 52.54 g; Błonnik pok.: 36.88 g; Sól: 7.05 g;	Wartość energetyczna: 2348.37 kcal; Białko ogółem: 103.14 g; Tłuszcz: 71.73 g; Kw. tł. nasy.: 36.21 g; Węglowodany ogółem: 325.98 g; W tym cukry: 89.65 g; Błonnik pok.: 33.83 g; Sól: 8.88 g;	Wartość energetyczna: 2535.55 kcal; Białko ogółem: 79.27 g; Tłuszcz: 108.01 g; Kw. tł. nasy.: 37.73 g; Węglowodany ogółem: 325.98 g; W tym cukry: 51.44 g; Błonnik pok.: 29.44 g; Sól: 6.06 g;	Wartość energetyczna: 1814.15 kcal; Białko ogółem: 100.84 g; Tłuszcz: 67.65 g; Kw. tł. nasy.: 26.23 g; Węglowodany ogółem: 257.54 g; W tym cukry: 51.44 g; Błonnik pok.: 20.72 g; Sól: 3.64 g;	Wartość energetyczna: 2546.76 kcal; Białko ogółem: 108.84 g; Tłuszcz: 73.86 g; Kw. tł. nasy.: 33.56 g; Węglowodany ogółem: 343.89 g; W tym cukry: 91.09 g; Błonnik pok.: 31.39 g; Sól: 8.38 g;	Wartość energetyczna: 119.42 g; Tłuszcz: 73.86 g; Kw. tł. nasy.: 34.63 g; Węglowodany ogółem: 365.83 g; W tym cukry: 78.93 g; Błonnik pok.: 36.78 g; Sól: 9.73 g;



Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzycowa niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Platkowsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser topiony 50 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Sałata zielona 20 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser topiony 50 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Pomidor 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Pomidor 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Platkowsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenno długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU OW.) Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (GLUPSZ, SOJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g (MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Pomidor 80 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml (MLE.) Sałata zielona 20 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Ser topiony 50 g (MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Platkowsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml
	ISN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml										
Obiad	Kapusińki z kapusty kiszony ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU PSZ, SEL.) Pieczeń rzymska 100 g (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g (GLU PSZ, SEL.) Pieczeń rzymska wędlinowa 100 g (GLU PSZ, SEL.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c ( ) 200 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU PSZ, SEL.) Pieczeń rzymska wędlinowa 100 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU PSZ, SEL.) Pieczeń rzymska wędlinowa 100 g (GLU PSZ, SEL.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana ( ) RYD 700g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD ( ) 700 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU PSZ, SEL.) Pieczeń rzymska wędlinowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c ( ) 100 g (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem 100 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU PSZ, SEL.) Curry warzywne z ciecierzycą ( ) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c ( ) 200 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ryz na sypko 200 g (GLU PSZ, SEL.) Curry warzywne z ciecierzycą ( ) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c ( ) 200 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ryz na sypko 200 g (GLU PSZ, SEL.) Pulpet wędlinowy (bez glutenu) 100 g (JAJ, SEL.) Sos jarzynowy (bez glutenu) ( ) 100 ml (SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapusińki z kapusty kiszony ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU PSZ, SEL.) Pieczeń rzymska wędlinowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
	PD	Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE.)										
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny ( ) 100 g (RYB.) Sałata zielona 20 g (MLE.) Pomidor 80 g (MLE.) 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.) Polewica premium-wędlinowa dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Polewica premium-wędlinowa dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenno długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Polewica premium-wędlinowa dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Jarzynowa z makaronem dieta ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem ( ) RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD ( ) 700 ml (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny ( ) 100 g (RYB.) Sałata zielona 20 g (MLE.) Pomidor 80 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny ( ) 100 g (RYB.) Sałata zielona 20 g (MLE.) 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.) Polewica premium-wędlinowa dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Polewica premium-wędlinowa dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Polewica premium-wędlinowa dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Polewica premium-wędlinowa dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)										
Wartość energetyczna:	2699,25 kcal; Białko 257,79 g; Tłuszcz: 98,62 g; Kw. tł. nasy.: 47,62 g; Węglowodany ogółem: 367,29 g; W tym cukry: 73,75 g; Błonnik pok.: 36,67 g; Sol: 9,35 g;	2574,75 kcal; Białko 254,08 g; Tłuszcz: 104,08 g; Kw. tł. nasy.: 37,78 g; Węglowodany ogółem: 362,60 g; W tym cukry: 67,40 g; Błonnik pok.: 27,42 g; Sol: 6,00 g;	2573,79 kcal; Białko 254,08 g; Tłuszcz: 87,98 g; Kw. tł. nasy.: 38,26 g; Węglowodany ogółem: 351,99 g; W tym cukry: 69,53 g; Błonnik pok.: 29,38 g; Sol: 8,33 g;	2683,19 kcal; Białko 251,86 kcal; Białko ogółem: 129,09 g; Tłuszcz: 123,16 g; Kw. tł. nasy.: 30,66 g; Węglowodany ogółem: 234,99 g; W tym cukry: 101,22 g; Błonnik pok.: 30,60 g; Sol: 8,06 g;	2201,12 kcal; Białko 220,12 kcal; Białko ogółem: 138,42 g; Tłuszcz: 88,47 g; Kw. tł. nasy.: 41,18 g; Węglowodany ogółem: 218,94 g; W tym cukry: 79,50 g; Błonnik pok.: 10,75 g; Sol: 2,65 g;	2493,20 kcal; Białko 249,32 kcal; Białko ogółem: 106,68 g; Tłuszcz: 77,04 g; Kw. tł. nasy.: 36,77 g; Węglowodany ogółem: 360,76 g; W tym cukry: 69,90 g; Błonnik pok.: 36,20 g; Sol: 7,71 g;	2559,83 kcal; Białko 255,98 kcal; Białko ogółem: 81,84 g; Tłuszcz: 83,50 g; Kw. tł. nasy.: 41,92 g; Węglowodany ogółem: 364,85 g; W tym cukry: 73,07 g; Błonnik pok.: 29,72 g; Sol: 9,49 g;	2473,71 kcal; Białko 247,37 kcal; Białko ogółem: 97,42 g; Tłuszcz: 82,74 g; Kw. tł. nasy.: 41,92 g; Węglowodany ogółem: 353,79 g; W tym cukry: 73,07 g; Błonnik pok.: 31,19 g; Sol: 7,99 g;	2153,80 kcal; Białko 215,38 kcal; Białko ogółem: 76,61 g; Tłuszcz: 82,74 g; Kw. tł. nasy.: 31,75 g; Węglowodany ogółem: 280,93 g; W tym cukry: 41,82 g; Błonnik pok.: 16,29 g; Sol: 2,19 g;	2664,69 kcal; Białko 266,47 kcal; Białko ogółem: 107,15 g; Kw. tł. nasy.: 48,22 g; Węglowodany ogółem: 338,45 g; W tym cukry: 70,58 g; Błonnik pok.: 29,81 g; Sol: 10,06 g;	2936,96 kcal; Białko 293,69 kcal; Białko ogółem: 105,93 g; Tłuszcz: 111,55 g; Kw. tł. nasy.: 51,68 g; Węglowodany ogółem: 388,90 g; W tym cukry: 87,77 g; Błonnik pok.: 32,27 g; Sol: 11,59 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzycza niskotłuszczowa	KRK- RYD Vegetariańska	KRK- RYD 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, MLE)</u> Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt ( <u>MLE</u> .) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</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 JEJCZ</u> .) Twarożek 100 g ( <u>MLE</u> .) Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Twarożek 100 g ( <u>MLE</u> .) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u> .) Sok pomidorowy 200ml	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> .) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</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 JEJCZ</u> .)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> .) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u> .)	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u> .) Twarożek 100 g ( <u>MLE</u> .) Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u> .) Twarożek 100 g ( <u>MLE</u> .) Sok pomidorowy 200ml	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 ze szczypiorkiem 80g 1 szt ( <u>MLE</u> .) Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>MLE</u> .) 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 JEJCZ</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 JEJCZ</u> .) Sok pomidorowy 200 ml
II SN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml											
Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Makaron pełnoziarnisty 200g ( <u>GLU PSZ</u> .) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100ml ( <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> .) Brokół gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> .) Pieczeń wołowa (zmielona) 100 g Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> .) Brokół 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	Sonda obiadowa RYD () 700 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> .) 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> .) Brokół gotowany* 100 g Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem l 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> .) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> .) Brokół gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Makaron bezglutenowy 200 g Pieczeń wołowa 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> .) Makaron bezglutenowy 200 g Pieczeń wołowa 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> .) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> .) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml ( <u>MLE</u> .)
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> .) Pasztecik z fasolki () 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> .) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> .) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> .) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> .) Ziemniaczana () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g ( <u>JAJ, SEL</u> .) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u> .) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> .) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> .) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>MLE</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> .) Salata zielona 20 g 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> .) Tofu: 50 g ( <u>SOJ</u> .) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> .) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Kanapka 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: GLU PSZ, MLE, SEZ</u> .)
PN	Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE</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: 68.26 g; Błonnik pok.: 27.95 g; Soli: 5.03 g;	Wartość energetyczna: 2419.51 kcal; Białko ogółem: 111.81 g; Tłuszcz: 75.05 g; Kw. tł. nasy.: 36.32 g; Węglowodany ogółem: 326.75 g; W tym cukry: 68.13 g; Błonnik pok.: 16.30 g; Soli: 6.08 g;	Wartość energetyczna: 2461.79 kcal; Białko ogółem: 111.56 g; Tłuszcz: 74.70 g; Kw. tł. nasy.: 36.54 g; Węglowodany ogółem: 344.47 g; W tym cukry: 72.29 g; Błonnik pok.: 23.44 g; Soli: 7.39 g;	Wartość energetyczna: 2690.57 kcal; Białko ogółem: 119.87 g; Tłuszcz: 74.39 g; Kw. tł. nasy.: 36.09 g; Węglowodany ogółem: 396.56 g; W tym cukry: 76.48 g; Błonnik pok.: 27.03 g; Soli: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2414.62 kcal; Białko ogółem: 120.99 g; Tłuszcz: 85.21 g; Kw. tł. nasy.: 27.72 g; Węglowodany ogółem: 230.60 g; W tym cukry: 109.64 g; Błonnik pok.: 11.35 g; Soli: 4.20 g;	Wartość energetyczna: 2212.52 kcal; Białko ogółem: 135.82 g; Tłuszcz: 85.21 g; Kw. tł. nasy.: 38.98 g; Węglowodany ogółem: 229.84 g; W tym cukry: 88.00 g; Błonnik pok.: 11.35 g; Soli: 2.55 g;	Wartość energetyczna: 2596.77 kcal; Białko ogółem: 118.18 g; Tłuszcz: 87.29 g; Kw. tł. nasy.: 36.62 g; Węglowodany ogółem: 344.37 g; W tym cukry: 63.96 g; Błonnik pok.: 25.12 g; Soli: 6.60 g;	Wartość energetyczna: 2416.12 kcal; Białko ogółem: 106.15 g; Tłuszcz: 72.04 g; Kw. tł. nasy.: 35.98 g; Węglowodany ogółem: 355.06 g; W tym cukry: 73.11 g; Błonnik pok.: 20.23 g; Soli: 4.75 g;	Wartość energetyczna: 2271.41 kcal; Białko ogółem: 76.29 g; Tłuszcz: 69.41 g; Kw. tł. nasy.: 46.63 g; Węglowodany ogółem: 298.37 g; W tym cukry: 42.72 g; Błonnik pok.: 10.69 g; Soli: 2.78 g;	Wartość energetyczna: 2406.07 kcal; Białko ogółem: 73.78 g; Tłuszcz: 102.38 g; Kw. tł. nasy.: 43.28 g; Węglowodany ogółem: 342.48 g; W tym cukry: 64.37 g; Błonnik pok.: 18.52 g; Soli: 8.31 g;	Wartość energetyczna: 3114.54 kcal; Białko ogółem: 123.07 g; Tłuszcz: 106.54 g; Kw. tł. nasy.: 46.74 g; Węglowodany ogółem: 421.13 g; W tym cukry: 68.36 g; Błonnik pok.: 20.38 g; Soli: 9.84 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzycowa niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Chleb Graham 70 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Powidła sliwkowe 60 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.</u> )	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU, ZYT</u> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Marmolada wieloowcowa 60 g ( <u>SO2</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.</u> ) Jabłko 150 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU, ZYT</u> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Marmolada wieloowcowa 60 g ( <u>SO2</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.</u> ) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Marmolada wieloowcowa 60 g ( <u>SO2</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.</u> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.</u> )	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/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> ) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.</u> ) Salata zielona 20 g	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> ) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU, ZYT</u> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Powidła sliwkowe 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.</u> ) Jabłko 150 g	Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>MLE</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Marmolada wieloowcowa 60 g ( <u>SO2</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko 150 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU, ZYT</u> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</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> ) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU, 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> ) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml										
Obiad	Krupnik jęczmienny ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU, JECZ.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB</u> ) Warzywa po grecku ( ) 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU, JECZ.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB</u> ) Warzywa po grecku ( ) 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU, JECZ.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Sok koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Warzywa po grecku ( ) 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - krupnik ( ) RYD 700 g ( <u>JAJ, SEL, GLU, JECZ.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD ( ) 700 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU, JECZ.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB</u> ) Warzywa po grecku ( ) 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU, JECZ.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB</u> ) Warzywa po grecku ( ) 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU, JECZ.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Kotlet jaglany z serem top i pietruszka 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Warzywa po grecku ( ) 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU, JECZ.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g Warzywa po grecku (bez glutenu) ( ) 200 g ( <u>SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU, JECZ.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU, JECZ.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU, JECZ.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <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> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE, GOR</u> ) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU, ZYT</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU, ZYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU, ZYT</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU, ZYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z białek z natką pietruszki 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z białek z natką pietruszki 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Jarzynowa z makaronem dieta ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem ( ) RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD ( ) 700 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU, ZYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z białek z natką pietruszki 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU, ZYT</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU, ZYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>MLE</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU, ZYT</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU, ZYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU, ZYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt										
Wartość energetyczna:	2772,59 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;	2651,34 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;	2651,34 kcal; Białko ogółem: 108,22 g; Tłuszcz: 84,18 g; Kw. tł. nasy.: 37,52 g; Węglowodany ogółem: 371,99 g; W tym cukry: 84,03 g; Błonnik pok.: 29,79 g; Sól: 6,24 g;	2835,20 kcal; Białko ogółem: 112,36 g; Tłuszcz: 84,88 g; Kw. tł. nasy.: 37,54 g; Węglowodany ogółem: 413,77 g; W tym cukry: 88,89 g; Błonnik pok.: 31,78 g; Sól: 6,39 g;	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;	2197,52 kcal; Białko ogółem: 137,86 g; Tłuszcz: 84,97 g; Kw. tł. nasy.: 38,98 g; Węglowodany ogółem: 225,13 g; W tym cukry: 74,80 g; Błonnik pok.: 13,72 g; Sól: 2,55 g;	2234,11 kcal; Białko ogółem: 113,03 g; Tłuszcz: 77,46 g; Kw. tł. nasy.: 34,26 g; Węglowodany ogółem: 284,90 g; W tym cukry: 49,57 g; Błonnik pok.: 33,79 g; Sól: 6,76 g;	2487,72 kcal; Białko ogółem: 115,69 g; Tłuszcz: 80,44 g; Kw. tł. nasy.: 35,95 g; Węglowodany ogółem: 335,09 g; W tym cukry: 73,32 g; Błonnik pok.: 32,12 g; Sól: 7,77 g;	2729,40 kcal; Białko ogółem: 74,33 g; Tłuszcz: 102,74 g; Kw. tł. nasy.: 39,17 g; Węglowodany ogółem: 385,53 g; W tym cukry: 94,79 g; Błonnik pok.: 29,72 g; Sól: 6,55 g;	2477,19 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;	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;	2619,77 kcal; Białko ogółem: 110,92 g; Tłuszcz: 74,10 g; Kw. tł. nasy.: 34,72 g; Węglowodany ogółem: 389,11 g; W tym cukry: 97,31 g; Błonnik pok.: 36,09 g; Sól: 7,33 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzycowa niskotłuszczowa	KRK- RYD Vegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
2024-04-13 sobota	II SN	Śniadanie	Platkowsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Platkowsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Szyńska soltyssa wieprzowa, wędzona parzona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Platkowsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szyńska soltyssa wieprzowa, wędzona parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200ml	Platkowsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szyńska soltyssa wieprzowa, wędzona parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU OW.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (GLUPSZ, SOJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szyńska soltyssa wieprzowa, wędzona parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200ml	Platkowsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Szyńska soltyssa wieprzowa, wędzona parzona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250ml Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szyńska soltyssa wieprzowa, wędzona parzona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250ml Salata zielona 20 g	Platkowsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200ml
			Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g									Jabłko pieczone 150 g
2024-04-13 sobota	Obiad	Koperkowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryz na sypko (brązowy) 200 g Kociłek meksykański z kurczakiem i fasolą 350 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryz na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Buraczki podprawiane -drobno tarte ( ) 200 g ( GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - koperkowa z ziemniakami ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD ( ) 700 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryz na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) ( ) 200 g (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka z olejem ( ) b/c 100 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryz na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Spaghetti vegetariańskie z soczewicą 350 g (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka z olejem ( ) 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (JAJ.) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (MLE.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) ( ) 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) ( ) 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryz na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) ( ) 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
			Budyń o smaku waniliowym b/c 200ml ( MLE.)									Budyń o smaku waniliowym b/c 200ml (MLE.)	
2024-04-13 sobota	Kolejacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasztet Ciecchanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana ( ) RYD 700g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250ml	Sonda kolacyjna RYD ( ) 700 ml (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250ml 50 g (SOJ.) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250ml Sok pomidorowy 200ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszona 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250ml Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250ml Sok pomidorowy 200ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasztet Ciecchanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250ml Sok pomidorowy 200ml		
		Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( MLE.) Wafle ryżowe 20 g		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( MLE.)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.)	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( MLE.) Wafle ryżowe 20 g		Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( MLE.) Wafle ryżowe 20 g	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.)	
		Wartość energetyczna: 2603.15 kcal; Białko ogółem: 101.73 g; Tłuszcz: 96.46 g; Kw. tł. nasy.: 48.60 g; Węglowodany ogółem: 340.94 g; W tym cukry: 58.92 g; Błonnik pok.: 31.48 g; Sol: 9.02 g;	Wartość energetyczna: 2509.11 kcal; Białko ogółem: 96.08 g; Tłuszcz: 78.29 g; Kw. tł. nasy.: 38.67 g; Węglowodany ogółem: 353.03 g; W tym cukry: 70.66 g; Błonnik pok.: 23.50 g; Sol: 7.70 g;	Wartość energetyczna: 2555.47 kcal; Białko ogółem: 96.76 g; Tłuszcz: 78.25 g; Kw. tł. nasy.: 38.66 g; Węglowodany ogółem: 372.54 g; W tym cukry: 80.45 g; Błonnik pok.: 24.66 g; Sol: 8.87 g;	Wartość energetyczna: 2708.35 kcal; Białko ogółem: 104.71 g; Tłuszcz: 122.03 g; Kw. tł. nasy.: 41.18 g; Węglowodany ogółem: 412.38 g; W tym cukry: 101.31 g; Błonnik pok.: 23.81 g; Sol: 4.29 g;	Wartość energetyczna: 2412.68 kcal; Białko ogółem: 124.67 g; Tłuszcz: 122.03 g; Kw. tł. nasy.: 46.86 g; Węglowodany ogółem: 218.94 g; W tym cukry: 75.50 g; Błonnik pok.: 10.75 g; Sol: 2.65 g;	Wartość energetyczna: 2444.94 kcal; Białko ogółem: 97.17 g; Tłuszcz: 89.84 g; Kw. tł. nasy.: 37.72 g; Węglowodany ogółem: 327.75 g; W tym cukry: 61.06 g; Błonnik pok.: 35.15 g; Sol: 9.22 g;	Wartość energetyczna: 2434.00 kcal; Białko ogółem: 89.28 g; Tłuszcz: 73.92 g; Kw. tł. nasy.: 37.72 g; Węglowodany ogółem: 360.83 g; W tym cukry: 76.31 g; Błonnik pok.: 27.31 g; Sol: 9.98 g;	Wartość energetyczna: 2667.74 kcal; Białko ogółem: 92.28 g; Tłuszcz: 90.58 g; Kw. tł. nasy.: 46.40 g; Węglowodany ogółem: 282.82 g; W tym cukry: 66.57 g; Błonnik pok.: 41.08 g; Sol: 7.14 g;	Wartość energetyczna: 2131.87 kcal; Białko ogółem: 65.34 g; Tłuszcz: 83.14 g; Kw. tł. nasy.: 32.72 g; Węglowodany ogółem: 375.87 g; W tym cukry: 41.17 g; Błonnik pok.: 16.02 g; Sol: 4.27 g;	Wartość energetyczna: 2767.41 kcal; Białko ogółem: 104.89 g; Tłuszcz: 98.00 g; Kw. tł. nasy.: 49.86 g; Węglowodany ogółem: 359.97 g; W tym cukry: 90.42 g; Błonnik pok.: 24.94 g; Sol: 8.91 g;	Wartość energetyczna: 2932.17 kcal; Białko ogółem: 112.31 g; Tłuszcz: 102.55 g; Kw. tł. nasy.: 53.28 g; Węglowodany ogółem: 401.96 g; W tym cukry: 92.90 g; Błonnik pok.: 29.70 g; Sol: 10.40 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD 7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzycowa niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Sok pomidorowy 200ml	Kasza jęczmienna na mleku 400 ml (MLE, GLU JEJCZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Sok pomidorowy 200ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU JEJCZ.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (GLUPSZ, SOJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Sok pomidorowy 200ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250ml Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Sok pomidorowy 200ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Sok pomidorowy 200ml
II ŚN								Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml				Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
Obiad	Pomidorowa z zacierką (l) 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (l) 200 g Schab gotowany 100 g Kukurydza 100 g Surówka wielowarstwowa z olejem (l) 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką (l) 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (l) 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny (l) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (l) 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką (l) 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (l) 200 g Schab gotowany (zmielony) 100 g Sos własny (l) 100ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (l) 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - pomidorowa z zacierką (l) RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD (l) 700 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD (l) 700 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką (l) 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (l) 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny (l) 100ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka wielowarstwowa z olejem b/c (l) 100 g (SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (l) 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką (l) 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (l) 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny (l) 100ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem b/c (l) 100 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką (l) 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Zapiekanka z ziemniaków i warzyw z jajkiem (l) 350 g (JAJ, MLE, SEL.) Surówka wielowarstwowa z olejem (l) 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) (l) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (l) 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem (l) 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką (l) 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (l) 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny (l) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (l) 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką (l) 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (l) 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny (l) 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD								Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE.)				Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE.) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE.) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250ml Jabłko pieczone 150 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE.) Grysiówka (l) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250ml Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - grysiówka (l) RYD 700 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250ml	Sonda kolacyjna RYD (l) 700 ml (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE.) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE.) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250ml Serek homo o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g
PN	Sok wielowarstwowy pasteryzowany 0,33l 1 szt							Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Sok wielowarstwowy pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarstwowy pasteryzowany 0,33l 1 szt		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Sok wielowarstwowy pasteryzowany 0,33l 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2330.01 kcal; Białko ogółem: 87.19 g; Tłuszcz: 78.92 g; Kw. tł. nasy.: 34.06 g; Węglowodany ogółem: 329.90 g; W tym cukry: 76.86 g; Błonnik pok.: 32.33 g; Sól: 6.97 g;	Wartość energetyczna: 2195.31 kcal; Białko ogółem: 93.67 g; Tłuszcz: 69.10 g; Kw. tł. nasy.: 33.97 g; Węglowodany ogółem: 312.59 g; W tym cukry: 77.15 g; Błonnik pok.: 31.77 g; Sól: 6.89 g;	Wartość energetyczna: 2210.49 kcal; Białko ogółem: 94.11 g; Tłuszcz: 69.28 g; Kw. tł. nasy.: 34.02 g; Węglowodany ogółem: 315.84 g; W tym cukry: 79.65 g; Błonnik pok.: 32.55 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 2607.09 kcal; Białko ogółem: 113.81 g; Tłuszcz: 75.50 g; Kw. tł. nasy.: 37.71 g; Węglowodany ogółem: 382.98 g; W tym cukry: 99.87 g; Błonnik pok.: 35.27 g; Sól: 7.94 g;	Wartość energetyczna: 2512.95 kcal; Białko ogółem: 127.77 g; Tłuszcz: 117.88 g; Kw. tł. nasy.: 28.18 g; Węglowodany ogółem: 244.26 g; W tym cukry: 97.63 g; Błonnik pok.: 24.53 g; Sól: 4.17 g;	Wartość energetyczna: 2197.52 kcal; Białko ogółem: 137.86 g; Tłuszcz: 84.97 g; Kw. tł. nasy.: 38.98 g; Węglowodany ogółem: 292.34 g; W tym cukry: 74.80 g; Błonnik pok.: 13.72 g; Sól: 2.55 g;	Wartość energetyczna: 2181.60 kcal; Białko ogółem: 115.06 g; Tłuszcz: 68.25 g; Kw. tł. nasy.: 33.31 g; Węglowodany ogółem: 331.79 g; W tym cukry: 72.69 g; Błonnik pok.: 37.73 g; Sól: 7.43 g;	Wartość energetyczna: 2340.96 kcal; Białko ogółem: 108.55 g; Tłuszcz: 70.16 g; Kw. tł. nasy.: 33.47 g; Węglowodany ogółem: 331.79 g; W tym cukry: 72.69 g; Błonnik pok.: 34.97 g; Sól: 9.28 g;	Wartość energetyczna: 2362.42 kcal; Białko ogółem: 67.20 g; Tłuszcz: 70.38 g; Kw. tł. nasy.: 40.82 g; Węglowodany ogółem: 285.41 g; W tym cukry: 82.29 g; Błonnik pok.: 30.00 g; Sól: 7.06 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: 2315.96 kcal; Białko ogółem: 105.15 g; Tłuszcz: 69.66 g; Kw. tł. nasy.: 33.29 g; Węglowodany ogółem: 331.09 g; W tym cukry: 69.19 g; Błonnik pok.: 34.97 g; Sól: 9.19 g;

### **Oznaczenia alergenów:**

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

### **Oznaczenia wskaźników odż.:**

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

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzycowa niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
2024-04-15 poniedziałek	Śniadanie	Platki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ,) Chleb Graham 70 g	Platki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Szyngwka debowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbozowa z mlekciem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u> ,)	Platki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Szyngwka debowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g Szyngwka debowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g Pomidor 80 g Kawa zbozowa z mlekciem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u> ,) Sok pomidorowy 200ml	Platki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ,) Bułka pszenna dluga krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Szyngwka debowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g Kawa zbozowa z mlekciem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u> ,) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ,) Kawa zbozowa z mlekciem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u> ,)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml ( <u>GLUPSZ, SOJ, MLE</u> ,) Kawa zbozowa z mlekciem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u> ,)	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Szyngwka debowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbozowa z mlekciem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u> ,) Sok pomidorowy 200ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Szyngwka debowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g Szyngwka debowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g Kawa zbozowa z mlekciem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u> ,) Sok pomidorowy 200ml	Platki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Szyngwka debowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbozowa z mlekciem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u> ,) Sok pomidorowy 200ml	Platki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Szyngwka debowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g Kawa zbozowa z mlekciem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u> ,) Sok pomidorowy 200ml	Platki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Szyngwka debowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g Kawa zbozowa z mlekciem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u> ,) Sok pomidorowy 200ml	
	II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml											
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ,) Naleśnik z serem 350 g ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE</u> ,) Mus z jabłek ( )z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,) Makaron 200 g ( <u>GLUPSZ</u> ,) Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE</u> ,) Mus z jabłek ( )z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - dyniowa z ziemniakami ( ) RYD 700 g ( <u>JAJ, SEL</u> ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD ( ) 700 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ,) Makaron pełnoziarnisty 200g ( <u>GLU PSZ</u> ,) Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE</u> ,) Mus z jabłek ( ) b/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda kolacyjna RYD ( ) 700 ml ( <u>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL</u> ,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ,) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	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 Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ,) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ,) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PD	Budyni o smaku czekoladowym b/c 200 ml ( <u>MLE</u> ,)											
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ,) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> ,)	Sonda kolacyjna RYD ( ) 700 ml ( <u>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL</u> ,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ,) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE</u> ,)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT</u> ,) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE</u> ,)	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE</u> ,) Wafle ryżowe 20 g	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE</u> ,) Wafle ryżowe 20 g	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE</u> ,) Wafle ryżowe 20 g	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE</u> ,) Wafle ryżowe 20 g	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE</u> ,) Wafle ryżowe 20 g	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE</u> ,) Wafle ryżowe 20 g
PN	Wartość energetyczna: 2893,41 kcal; Białko ogółem: 110,05 g; Tłuszcz: 92,01 g; Kw. tł. nasy.: 43,25 g; Węglowodany ogółem: 418,60 g; W tym cukry: 91,72 g; Błonnik pok.: 29,04 g; Sól: 8,08 g;	Wartość energetyczna: 2328,56 kcal; Białko ogółem: 89,63 g; Tłuszcz: 72,44 g; Kw. tł. nasy.: 40,34 g; Węglowodany ogółem: 338,13 g; W tym cukry: 62,85 g; Błonnik pok.: 21,37 g; Sól: 6,63 g;	Wartość energetyczna: 2403,31 kcal; Białko ogółem: 98,35 g; Tłuszcz: 70,04 g; Kw. tł. nasy.: 38,82 g; Węglowodany ogółem: 350,63 g; W tym cukry: 62,85 g; Błonnik pok.: 23,70 g; Sól: 7,41 g;	Wartość energetyczna: 2502,11 kcal; Białko ogółem: 107,25 g; Tłuszcz: 70,54 g; Kw. tł. nasy.: 38,48 g; Węglowodany ogółem: 366,88 g; W tym cukry: 75,19 g; Błonnik pok.: 24,31 g; Sól: 7,14 g;	Wartość energetyczna: 2430,74 kcal; Białko ogółem: 122,69 g; Tłuszcz: 121,52 g; Kw. tł. nasy.: 43,38 g; Węglowodany ogółem: 220,31 g; W tym cukry: 104,44 g; Błonnik pok.: 19,77 g; Sól: 4,86 g;	Wartość energetyczna: 2264,12 kcal; Białko ogółem: 95,93 g; Tłuszcz: 91,97 g; Kw. tł. nasy.: 43,38 g; Węglowodany ogółem: 223,64 g; W tym cukry: 84,20 g; Błonnik pok.: 10,75 g; Sól: 2,75 g;	Wartość energetyczna: 2219,57 kcal; Białko ogółem: 91,80 g; Tłuszcz: 74,51 g; Kw. tł. nasy.: 37,96 g; Węglowodany ogółem: 301,49 g; W tym cukry: 48,35 g; Błonnik pok.: 33,74 g; Sól: 7,85 g;	Wartość energetyczna: 2245,86 kcal; Białko ogółem: 91,80 g; Tłuszcz: 68,70 g; Kw. tł. nasy.: 37,96 g; Węglowodany ogółem: 324,93 g; W tym cukry: 60,30 g; Błonnik pok.: 26,97 g; Sól: 6,93 g;	Wartość energetyczna: 1868,35 kcal; Białko ogółem: 51,09 g; Tłuszcz: 66,33 g; Kw. tł. nasy.: 33,12 g; Węglowodany ogółem: 268,65 g; W tym cukry: 36,02 g; Błonnik pok.: 13,60 g; Sól: 2,84 g;	Wartość energetyczna: 2315,28 kcal; Białko ogółem: 72,70 g; Tłuszcz: 68,29 g; Kw. tł. nasy.: 37,93 g; Węglowodany ogółem: 369,58 g; W tym cukry: 63,15 g; Błonnik pok.: 25,66 g; Sól: 7,52 g;	Wartość energetyczna: 2427,02 kcal; Białko ogółem: 80,09 g; Tłuszcz: 72,53 g; Kw. tł. nasy.: 41,29 g; Węglowodany ogółem: 371,57 g; W tym cukry: 64,02 g; Błonnik pok.: 27,42 g; Sól: 9,05 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD 7.Cukrzykowa	KRK- RYD 7a.Cukrzyca niskotłuszczowa	KRK- RYD Vegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> .) Chleb Graham 70 g Chleb mieszany 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> .) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> .) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u> ) Papryka świeża 80 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> .) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u> )	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Twarożek 100 g ( <u>MLE</u> .) Koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> .) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u> ) Jabłka prażone b/c 100 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> .) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Twarożek 100 g ( <u>MLE</u> .) Jabłka prażone b/c 100 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u> )	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> .) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u> )	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml ( <u>GLUPSZ, SOJ, MLE</u> .) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u> )	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> .) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u> ) Jabłka prażone b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Twarożek 100 g ( <u>MLE</u> .) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u> ) Jabłka prażone b/c 100 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Serek śniadaniowy ze szczyptorkiem 80g 1 szt ( <u>MLE</u> .) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> .) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u> )	Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>MLE</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> .) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt ( <u>MLE</u> .) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u> ) Jabłka prażone b/c 100 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt ( <u>MLE</u> .) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u> ) Jabłka prażone b/c 100 g
	II SN								Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml			Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
Obiad	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> .) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g ( <u>GLU PSZ</u> .) Sos meksykański 100 g ( <u>GLU PSZ</u> .) Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> .) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g ( <u>GLU PSZ</u> .) Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> .) Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> .) Bitka z szynki wieprzowej 100 g ( <u>GLU PSZ</u> .) Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> .) Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> .) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g ( <u>GLU PSZ</u> .) Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana ( ) RYD 700 g ( <u>JAJ, SEL</u> .) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD ( ) 700 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL</u> .) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> .) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g ( <u>GLU PSZ</u> .) Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> .) Surówka z kapuszy białej z olejem b/c ( ) 100 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> .) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g ( <u>GLU PSZ</u> .) Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> .) Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> .) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka z szynki wieprzowej (bez glutenu) 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> .) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g ( <u>GLU PSZ</u> .) Buraczki gotowane ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
	PD							Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> .)				Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> .)
Kolacja	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g ( <u>SOJ</u> .) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g ( <u>SOJ</u> .) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g ( <u>SOJ</u> .) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g ( <u>SOJ</u> .) Ziemniaczana ( ) 400 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL</u> .) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana ( ) RYD 700 g ( <u>JAJ, SEL</u> .) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD ( ) 700 ml ( <u>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL</u> .) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g ( <u>SOJ</u> .) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g ( <u>SOJ</u> .) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>MLE</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Szyunkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g ( <u>SOJ</u> .) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g ( <u>SOJ</u> .) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	
	PN		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> .) Rogal masłany 50g 1 szt ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE</u> .)		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> .)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</u> ) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> .)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</u> ) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> .)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> .)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> .)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> .)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</u> ) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> .)
	Wartość energetyczna: 2842.26 kcal; Białko ogółem: 115.77 g; Tłuszcz: 102.76 g; Kw. tł. nasy.: 51.06 g; Węglowodany ogółem: 372.57 g; W tym cukry: 79.04 g; Błonnik pok.: 27.15 g; Sól: 7.09 g;	Wartość energetyczna: 2736.58 kcal; Białko ogółem: 118.94 g; Tłuszcz: 93.95 g; Kw. tł. nasy.: 42.36 g; Węglowodany ogółem: 361.11 g; W tym cukry: 78.61 g; Błonnik pok.: 22.72 g; Sól: 7.07 g;	Wartość energetyczna: 2796.02 kcal; Białko ogółem: 118.11 g; Tłuszcz: 94.34 g; Kw. tł. nasy.: 42.33 g; Węglowodany ogółem: 376.62 g; W tym cukry: 78.46 g; Błonnik pok.: 24.80 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 3070.73 kcal; Białko ogółem: 129.05 g; Tłuszcz: 97.80 g; Kw. tł. nasy.: 44.80 g; Węglowodany ogółem: 429.05 g; W tym cukry: 82.92 g; Błonnik pok.: 28.40 g; Sól: 7.35 g;	Wartość energetyczna: 2385.55 kcal; Białko ogółem: 124.55 g; Tłuszcz: 121.40 g; Kw. tł. nasy.: 31.77 g; Węglowodany ogółem: 206.82 g; W tym cukry: 101.15 g; Błonnik pok.: 16.84 g; Sól: 4.11 g;	Wartość energetyczna: 2264.12 kcal; Białko ogółem: 141.62 g; Tłuszcz: 91.97 g; Kw. tł. nasy.: 43.38 g; Węglowodany ogółem: 223.64 g; W tym cukry: 84.20 g; Błonnik pok.: 10.75 g; Sól: 2.75 g;	Wartość energetyczna: 2356.81 kcal; Białko ogółem: 113.07 g; Tłuszcz: 85.80 g; Kw. tł. nasy.: 40.84 g; Węglowodany ogółem: 295.56 g; W tym cukry: 68.38 g; Błonnik pok.: 30.99 g; Sól: 7.25 g;	Wartość energetyczna: 2501.30 kcal; Białko ogółem: 105.68 g; Tłuszcz: 87.16 g; Kw. tł. nasy.: 41.50 g; Węglowodany ogółem: 332.26 g; W tym cukry: 67.15 g; Błonnik pok.: 26.17 g; Sól: 9.00 g;	Wartość energetyczna: 2697.17 kcal; Białko ogółem: 107.75 g; Tłuszcz: 88.78 g; Kw. tł. nasy.: 47.46 g; Węglowodany ogółem: 375.56 g; W tym cukry: 78.34 g; Błonnik pok.: 34.47 g; Sól: 5.41 g;	Wartość energetyczna: 2097.40 kcal; Białko ogółem: 79.32 g; Tłuszcz: 85.09 g; Kw. tł. nasy.: 35.22 g; Węglowodany ogółem: 258.40 g; W tym cukry: 53.20 g; Błonnik pok.: 16.15 g; Sól: 4.26 g;	Wartość energetyczna: 2966.21 kcal; Białko ogółem: 117.18 g; Tłuszcz: 113.70 g; Kw. tł. nasy.: 50.23 g; Węglowodany ogółem: 377.05 g; W tym cukry: 81.15 g; Błonnik pok.: 25.10 g; Sól: 8.83 g;	Wartość energetyczna: 3039.18 kcal; Białko ogółem: 129.88 g; Tłuszcz: 117.53 g; Kw. tł. nasy.: 51.65 g; Węglowodany ogółem: 375.40 g; W tym cukry: 79.99 g; Błonnik pok.: 27.57 g; Sól: 10.29 g;



Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzycowa niskotłuszczowa	KRK- RYD Vegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-04-17 środa	II ŚNIADANIE	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb Graham 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)                      Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.)                      Masło 83% tł. 20 g (MLE)                      Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.)                      Pomidor 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)</p>										
		<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)                      Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.)                      Masło 83% tł. 20 g (MLE)                      Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.)                      Pomidor 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)</p>										
II ŚNIADANIE	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)                      Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.)                      Masło 83% tł. 20 g (MLE)                      Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.)                      Pomidor 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)</p>											
	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)                      Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.)                      Masło 83% tł. 20 g (MLE)                      Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.)                      Pomidor 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)</p>											
II ŚNIADANIE	<p>Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE)                      Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)</p>											
	<p>Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (GLUPSZ, SOJ, MLE)                      Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)</p>											
II ŚNIADANIE	<p>Chleb Graham 100 g (GLU PSZ)                      Masło 83% tł. 20 g (MLE)                      Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.)                      Pomidor 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)</p>											
	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)                      Masło 83% tł. 20 g (MLE)                      Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.)                      Pomidor 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)</p>											
II ŚNIADANIE	<p>Chleb bezglutenowy 100 g                      Masło 83% tł. 20 g (MLE)                      Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.)                      Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml</p>											
	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)                      Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.)                      Masło 83% tł. 20 g (MLE)                      Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.)                      Pomidor 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)                      Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt</p>											
II ŚNIADANIE	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)                      Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.)                      Masło 83% tł. 20 g (MLE)                      Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.)                      Pomidor 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)</p>											
	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)                      Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.)                      Masło 83% tł. 20 g (MLE)                      Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.)                      Pomidor 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)</p>											
II ŚNIADANIE	<p>Jabłko 150 g</p>											
	<p>Jabłko pieczone 150 g</p>											
II ŚNIADANIE	<p>Pieczarkowa z makaronem (I) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.)                      Ziemiaki gotowane (I) 200 g                      Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.)                      Sos pietruszkowy (I) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)                      Marchew gotowana z olejem (I) 200 g                      Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>											
	<p>Pieczarkowa z makaronem (I) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.)                      Ziemiaki gotowane (I) 200 g                      Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.)                      Sos pietruszkowy (I) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)                      Surówka z selera i jabłka z olejem (I) b/c 100 g (SEL.)                      Marchew gotowana z olejem (I) 100 g                      Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>											
II ŚNIADANIE	<p>Jarzynowa z makaronem (I) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.)                      Ziemiaki gotowane (I) 200 g                      Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (JAJ.)                      Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (MLE.)                      Marchew gotowana z olejem (I) 200 g                      Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>											
	<p>Jarzynowa z makaronem (I) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.)                      Ziemiaki gotowane (I) 200 g                      Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (JAJ.)                      Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (MLE.)                      Marchew gotowana z olejem (I) 200 g                      Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>											
II ŚNIADANIE	<p>Budyni o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE)</p>											
	<p>Budyni o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE)</p>											
II ŚNIADANIE	<p>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)                      Paprykarz szczeciński 100g (RYB, SOJ.)                      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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.)                      Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.)                      Masło 83% tł. 20 g (MLE)                      Paprykarz ryбно (morszczuk)-warzywny (I) 100 g (RYB.)                      Ogórek kiszony 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml</p>											
II ŚNIADANIE	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)                      Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.)                      Masło 83% tł. 20 g (MLE)                      Szyńska debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g                      Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml                      Przezier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)</p>											
	<p>Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ)                      Masło 83% tł. 20 g (MLE)                      Szyńska debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g                      Gryskowa (I) 400 ml (GLU PSZ, SEL.)                      Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml                      Przezier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)</p>											
II ŚNIADANIE	<p>Płynna odżywcza - gryskowa (I) RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.)                      Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml</p>											
	<p>Sonda obiadowa RYD (I) 700 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.)                      Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>											
II ŚNIADANIE	<p>Chleb Graham 100 g (GLU PSZ)                      Masło 83% tł. 20 g (MLE)                      Paprykarz szczeciński 100g (RYB, SOJ.)                      Ogórek kiszony 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml</p>											
	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)                      Masło 83% tł. 20 g (MLE)                      Szyńska debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g                      Przezier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)                      Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml</p>											
II ŚNIADANIE	<p>Chleb bezglutenowy 100 g                      Masło 83% tł. 20 g (MLE)                      Paprykarz ryбно (morszczuk)-warzywny (I) 100 g (RYB.)                      Sałata zielona 20 g                      Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml</p>											
	<p>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)                      Paprykarz ryбно (morszczuk)-warzywny (I) 100 g (RYB.)                      Sałata zielona 20 g                      Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml</p>											
II ŚNIADANIE	<p>Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE)                      Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g</p>											
	<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p>											
II ŚNIADANIE	<p>Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.)                      Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE)</p>											
	<p>Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.)                      Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g                      Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE)</p>											
II ŚNIADANIE	<p>Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE)                      Wałki ryżowe 20 g</p>											
	<p>Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE)                      Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g                      Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE)</p>											
II ŚNIADANIE	<p>Wartość energetyczna: 2474.54 kcal; Białko ogółem: 98.72 g; Tłuszcz: 85.16 g; Kw. tł. nasy.: 38.64 g; Węglowodany ogółem: 340.61 g; W tym cukry: 66.32 g; Błonnik pok.: 27.37 g; Sól: 9.89 g;</p>											
	<p>Wartość energetyczna: 2403.38 kcal; Białko ogółem: 95.08 g; Tłuszcz: 76.48 g; Kw. tł. nasy.: 37.21 g; Węglowodany ogółem: 348.15 g; W tym cukry: 71.30 g; Błonnik pok.: 29.84 g; Sól: 7.68 g;</p>											
II ŚNIADANIE	<p>Wartość energetyczna: 2425.11 kcal; Białko ogółem: 91.69 g; Tłuszcz: 76.20 g; Kw. tł. nasy.: 37.11 g; Węglowodany ogółem: 352.93 g; W tym cukry: 93.49 g; Błonnik pok.: 24.60 g; Sól: 8.63 g;</p>											
	<p>Wartość energetyczna: 2468.00 kcal; Białko ogółem: 96.73 g; Tłuszcz: 70.39 g; Kw. tł. nasy.: 32.63 g; Węglowodany ogółem: 373.47 g; W tym cukry: 95.57 g; Błonnik pok.: 25.41 g; Sól: 10.19 g;</p>											
II ŚNIADANIE	<p>Wartość energetyczna: 2192.12 kcal; Białko ogółem: 137.62 g; Tłuszcz: 86.47 g; Kw. tł. nasy.: 39.28 g; Węglowodany ogółem: 222.34 g; W tym cukry: 74.80 g; Błonnik pok.: 10.75 g; Sól: 4.65 g;</p>											
	<p>Wartość energetyczna: 2298.95 kcal; Białko ogółem: 95.82 g; Tłuszcz: 86.33 g; Kw. tł. nasy.: 37.29 g; Węglowodany ogółem: 304.42 g; W tym cukry: 59.78 g; Błonnik pok.: 39.18 g; Sól: 10.01 g;</p>											
II ŚNIADANIE	<p>Wartość energetyczna: 2308.64 kcal; Białko ogółem: 87.84 g; Tłuszcz: 73.81 g; Kw. tł. nasy.: 36.56 g; Węglowodany ogółem: 334.40 g; W tym cukry: 73.48 g; Błonnik pok.: 32.23 g; Sól: 9.69 g;</p>											
	<p>Wartość energetyczna: 2456.69 kcal; Białko ogółem: 99.86 g; Tłuszcz: 89.57 g; Kw. tł. nasy.: 51.37 g; Węglowodany ogółem: 323.36 g; W tym cukry: 68.39 g; Błonnik pok.: 24.04 g; Sól: 7.95 g;</p>											
II ŚNIADANIE	<p>Wartość energetyczna: 2456.69 kcal; Białko ogółem: 99.86 g; Tłuszcz: 89.57 g; Kw. tł. nasy.: 51.37 g; Węglowodany ogółem: 323.36 g; W tym cukry: 68.39 g; Błonnik pok.: 24.04 g; Sól: 7.95 g;</p>											
	<p>Wartość energetyczna: 2562.25 kcal; Białko ogółem: 66.36 g; Tłuszcz: 73.39 g; Kw. tł. nasy.: 30.81 g; Węglowodany ogółem: 276.29 g; W tym cukry: 46.35 g; Błonnik pok.: 24.32 g; Sól: 4.30 g;</p>											
II ŚNIADANIE	<p>Wartość energetyczna: 2562.25 kcal; Białko ogółem: 95.53 g; Tłuszcz: 88.80 g; Kw. tł. nasy.: 46.65 g; Węglowodany ogółem: 353.85 g; W tym cukry: 93.07 g; Błonnik pok.: 24.60 g; Sól: 8.42 g;</p>											
	<p>Wartość energetyczna: 2723.73 kcal; Białko ogółem: 105.60 g; Tłuszcz: 94.38 g; Kw. tł. nasy.: 50.13 g; Węglowodany ogółem: 374.96 g; W tym cukry: 89.42 g; Błonnik pok.: 33.00 g; Sól: 9.85 g;</p>											

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a Cukrzycza niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c			
II SN	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser topiony 50 g (MLE.) Papryka świeża 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Sałata zielona 20 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser topiony 50 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE.) Pomidor 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE.) Pomidor 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE.) Pomidor 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU OW.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (MLE.) Pomidor 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (MLE.) Pomidor 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (MLE.) Pomidor 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE.) Pomidor 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE.) Pomidor 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser topiony 50 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml (MLE.)			
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT.) Kasztotto jęczmień z mięsem wierzbowym i warzywami*( ) 350 g (SEL, GLU ZYT.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Surówka wielowarzywna z olejem ( ) 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana ( ) 400 ml ( GLUPSZ, MLE, SEL, GLU ZYT.) Kasztotto jęczmień z mięsem wierzbowym i warzywami*( ) 350 g ( SEL, GLU ZYT.) Sos pomidorowy 100 ml ( GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana ( ) 400 ml ( GLUPSZ, MLE, SEL, GLU ZYT.) Kasztotto jęczmień z mięsem wierzbowym i warzywami*( ) 350 g ( SEL, GLU ZYT.) Sos pomidorowy 100 ml ( GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana ( ) RYD 700g ( JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD ( ) 700 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT.) Kasztotto jęczmień z mięsem wierzbowym i warzywami*( ) 350 g (SEL, GLU ZYT.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Surówka wielowarzywna z olejem ( ) 100 g (SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, GLU ZYT.) Kasztotto jęczmień z mięsem wierzbowym i warzywami*( ) 350 g (SEL, GLU ZYT.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, GLU ZYT.) Kasztotto jęczmień z mięsem wierzbowym i warzywami*( ) 350 g (SEL, GLU ZYT.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu)( ) 400 ml (MLE, SEL.) Kasztotto jaglane z mięsem wierzbowym i warzywami*( ) 350 g (SEL.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami ( ) 400 ml ( GLUPSZ, MLE, SEL, GLU ZYT.) Kasztotto jęczmień z mięsem wierzbowym i warzywami*( ) 350 g (SEL, GLU ZYT.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml			
PD															
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.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50g (MLE.) Pomidor 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g (MLE.) 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.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (MLE.) Jarzynowa z ryżem dieta ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (MLE.) Jarzynowa z ryżem dieta ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD ( ) 700 ml (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (MLE.) Pomidor 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (MLE.) Pomidor 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (MLE.) Pomidor 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (MLE.) Pomidor 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (MLE.) Jarzynowa z ryżem dieta ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (MLE.) Jarzynowa z ryżem dieta ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 100 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( MLE.)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( MLE.)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( MLE.)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( MLE.)
PN															
Wartość energetyczna:	2620,92 kcal; Białko ogółem: 101,75 g; Tłuszcz: 99,20 g; Kw. tł. nasy.: 48,69 g; Węglowodany ogółem: 347,07 g; W tym cukry: 83,70 g; Błonnik pok.: 35,51 g; Sól: 8,33 g;	2517,18 kcal; Białko ogółem: 105,09 g; Tłuszcz: 91,10 g; Kw. tł. nasy.: 39,93 g; Węglowodany ogółem: 332,44 g; W tym cukry: 73,90 g; Błonnik pok.: 28,33 g; Sól: 6,72 g;	2590,18 kcal; Białko ogółem: 104,72 g; Tłuszcz: 91,20 g; Kw. tł. nasy.: 40,37 g; Węglowodany ogółem: 350,97 g; W tym cukry: 78,49 g; Błonnik pok.: 30,04 g; Sól: 6,93 g;	2450,41 kcal; Białko ogółem: 124,60 g; Tłuszcz: 124,04 g; Kw. tł. nasy.: 32,19 g; Węglowodany ogółem: 217,50 g; W tym cukry: 84,20 g; Błonnik pok.: 17,75 g; Sól: 4,09 g;	2264,12 kcal; Białko ogółem: 141,62 g; Tłuszcz: 91,97 g; Kw. tł. nasy.: 43,38 g; Węglowodany ogółem: 223,64 g; W tym cukry: 84,20 g; Błonnik pok.: 10,75 g; Sól: 2,75 g;	2345,49 kcal; Białko ogółem: 104,85 g; Tłuszcz: 85,45 g; Kw. tł. nasy.: 39,68 g; Węglowodany ogółem: 305,74 g; W tym cukry: 68,87 g; Błonnik pok.: 36,39 g; Sól: 7,19 g;	2495,43 kcal; Białko ogółem: 98,24 g; Tłuszcz: 85,45 g; Kw. tł. nasy.: 39,46 g; Węglowodany ogółem: 329,54 g; W tym cukry: 73,66 g; Błonnik pok.: 30,33 g; Sól: 8,05 g;	2495,43 kcal; Białko ogółem: 91,27 g; Tłuszcz: 101,61 g; Kw. tł. nasy.: 45,28 g; Węglowodany ogółem: 329,54 g; W tym cukry: 73,66 g; Błonnik pok.: 30,33 g; Sól: 8,05 g;	2077,96 kcal; Białko ogółem: 73,12 g; Tłuszcz: 84,31 g; Kw. tł. nasy.: 32,76 g; Węglowodany ogółem: 345,72 g; W tym cukry: 48,44 g; Błonnik pok.: 16,74 g; Sól: 3,42 g;	2077,96 kcal; Białko ogółem: 97,18 g; Tłuszcz: 102,22 g; Kw. tł. nasy.: 49,18 g; Węglowodany ogółem: 345,72 g; W tym cukry: 79,55 g; Błonnik pok.: 30,54 g; Sól: 7,94 g;	2887,51 kcal; Białko ogółem: 114,02 g; Tłuszcz: 107,85 g; Kw. tł. nasy.: 50,25 g; Węglowodany ogółem: 372,76 g; W tym cukry: 78,39 g; Błonnik pok.: 32,95 g; Sól: 9,29 g;	2887,51 kcal; Białko ogółem: 114,02 g; Tłuszcz: 107,85 g; Kw. tł. nasy.: 50,25 g; Węglowodany ogółem: 372,76 g; W tym cukry: 78,39 g; Błonnik pok.: 32,95 g; Sól: 9,29 g;			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzycowa niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> .) Chleb Graham 70 g ( <u>GLU PSZ</u> .) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> .) Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> .)	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> .) Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> .)	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> .) Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> .)	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> .) Bułka pszemna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> .) Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> .)	Płynna 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> .)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml ( <u>GLUPSZ, SOJ, MLE</u> .) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> .)	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> .) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> .) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) (Twarożek 100 g ( <u>MLE</u> .) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> .) Jabłko pieczone 150 g	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> .) Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> .)	Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>MLE</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> .) Jabłko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> .)	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Dżem wiśniowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> .) Jabłko pieczone 150 g	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> .) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> .) Jabłko pieczone 150 g
	IN	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> .)										
Obiad	Szpinakowa z zacierką (JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (J) 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> .) Salatka z kapusty czerwonej z olejem (J) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką (JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (J) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB</u> .) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. (J) 200 g ( <u>SEL</u> .) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką (JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (J) 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> .) Sos koperkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> .) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. (J) 200 g ( <u>SEL</u> .) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - szpinakowa z zacierką (JAJ, SEL.) RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> .) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD (J) 700 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL</u> .) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką (JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (J) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB</u> .) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. (J) 200 g ( <u>SEL</u> .) Salatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką (JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (J) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB</u> .) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. (J) 200 g ( <u>SEL</u> .) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką (JAJ, MLE, SEL.) Kotlety grzyane z cebulką i twarogiem 350 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> .) Sos pieczarkowy (Morszczuk) 100 ml ( <u>RYB</u> .) Salatka z kapusty czerwonej z olejem (J) 200 g ( <u>SEL</u> .) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką (JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (J) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB</u> .) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. (J) 200 g ( <u>SEL</u> .) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z makaronem (bez glutenu) (J) 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> .) Ziemniaki gotowane (J) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB</u> .) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. (J) 200 g ( <u>SEL</u> .) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką (JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (J) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB</u> .) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. (J) 200 g ( <u>SEL</u> .) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką (JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (J) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB</u> .) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. (J) 200 g ( <u>SEL</u> .) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Budyn o smaku czekoladowym b/c 200 ml ( <u>MLE</u> .)										
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g ( <u>JAJ, MLE, GOR</u> .) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Pasta z jaj z natką pietruszki -dieta 100 g ( <u>JAJ, 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 pszemno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Pasta z białek 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> .) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszemna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Pasta z białek 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> .) Selerowa z makaronem (J) 400 g ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL</u> .) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - selerowa z makaronem (J) RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> .) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD (J) 700 ml ( <u>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL</u> .) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Pasta z jaj z natką pietruszki -dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> .) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Pasta z jaj z natką pietruszki -dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> .) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g ( <u>JAJ, MLE, GOR</u> .) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>MLE</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Pasta z jaj z natką pietruszki -dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> .) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g ( <u>JAJ, MLE, GOR</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> .) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> .) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt										
	Wartość energetyczna: 2802.47 kcal; Białko ogółem: 109.09 g; Tłuszcz: 95.94 g; Kw. tł. nasy.: 38.60 g; Węglowodany ogółem: 380.04 g; W tym cukry: 132.72 g; Błonnik pok.: 28.58 g; Sól: 6.18 g;	Wartość energetyczna: 2616.41 kcal; Białko ogółem: 106.55 g; Tłuszcz: 84.33 g; Kw. tł. nasy.: 37.09 g; Węglowodany ogółem: 372.49 g; W tym cukry: 131.46 g; Błonnik pok.: 29.98 g; Sól: 6.79 g;	Wartość energetyczna: 2688.77 kcal; Białko ogółem: 112.21 g; Tłuszcz: 88.71 g; Kw. tł. nasy.: 36.34 g; Węglowodany ogółem: 375.35 g; W tym cukry: 133.59 g; Błonnik pok.: 30.69 g; Sól: 7.91 g;	Wartość energetyczna: 2854.56 kcal; Białko ogółem: 115.98 g; Tłuszcz: 88.36 g; Kw. tł. nasy.: 38.07 g; Węglowodany ogółem: 416.81 g; W tym cukry: 139.55 g; Błonnik pok.: 35.50 g; Sól: 7.98 g;	Wartość energetyczna: 2494.93 kcal; Białko ogółem: 124.95 g; Tłuszcz: 116.12 g; Kw. tł. nasy.: 27.66 g; Węglowodany ogółem: 246.57 g; W tym cukry: 106.51 g; Błonnik pok.: 17.48 g; Sól: 4.06 g;	Wartość energetyczna: 2202.12 kcal; Białko ogółem: 135.22 g; Tłuszcz: 85.47 g; Kw. tł. nasy.: 39.08 g; Węglowodany ogółem: 230.24 g; W tym cukry: 106.82 g; Błonnik pok.: 11.25 g; Sól: 2.65 g;	Wartość energetyczna: 2362.47 kcal; Białko ogółem: 119.57 g; Tłuszcz: 94.76 g; Kw. tł. nasy.: 46.66 g; Węglowodany ogółem: 275.91 g; W tym cukry: 60.82 g; Błonnik pok.: 32.73 g; Sól: 7.81 g;	Wartość energetyczna: 2524.43 kcal; Białko ogółem: 121.54 g; Tłuszcz: 109.67 g; Kw. tł. nasy.: 40.84 g; Węglowodany ogółem: 319.03 g; W tym cukry: 136.76 g; Błonnik pok.: 32.01 g; Sól: 9.28 g;	Wartość energetyczna: 2934.54 kcal; Białko ogółem: 99.12 g; Tłuszcz: 78.60 g; Kw. tł. nasy.: 40.83 g; Węglowodany ogółem: 400.57 g; W tym cukry: 136.76 g; Błonnik pok.: 29.30 g; Sól: 5.48 g;	Wartość energetyczna: 2170.46 kcal; Białko ogółem: 71.85 g; Tłuszcz: 78.32 g; Kw. tł. nasy.: 29.99 g; Węglowodany ogółem: 303.73 g; W tym cukry: 106.47 g; Błonnik pok.: 24.00 g; Sól: 3.48 g;	Wartość energetyczna: 2531.21 kcal; Białko ogółem: 98.41 g; Tłuszcz: 78.32 g; Kw. tł. nasy.: 34.00 g; Węglowodany ogółem: 373.32 g; W tym cukry: 131.18 g; Błonnik pok.: 30.69 g; Sól: 7.36 g;	Wartość energetyczna: 2761.85 kcal; Białko ogółem: 128.35 g; Tłuszcz: 101.75 g; Kw. tł. nasy.: 47.34 g; Węglowodany ogółem: 350.29 g; W tym cukry: 84.98 g; Błonnik pok.: 32.78 g; Sól: 9.91 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzycowa niskotłuszczowa	KRK- RYD Vegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
II SN	Platki jęczmieńne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, JEJCZ.</b> ) Chleb Graham 70 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szyńska dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ZYT, GLU, JEJCZ.</b> )	Platki jęczmieńne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, JEJCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szyńska dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ZYT, GLU, JEJCZ.</b> )	Platki jęczmieńne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, JEJCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szyńska dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ZYT, GLU, JEJCZ.</b> ) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Platki jęczmieńne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, JEJCZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szyńska dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <b>MLE, GLU, JEJCZ.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ZYT, GLU, JEJCZ.</b> )	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml ( <b>GLU, PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ZYT, GLU, JEJCZ.</b> )	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szyńska dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ZYT, GLU, JEJCZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ZYT, GLU, JEJCZ.</b> )	Platki jęczmieńne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, JEJCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szyńska dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ZYT, GLU, JEJCZ.</b> )	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szyńska dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Platki jęczmieńne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, JEJCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szyńska dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ZYT, GLU, JEJCZ.</b> ) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Platki jęczmieńne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, JEJCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ZYT, GLU, JEJCZ.</b> ) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml										
Obiad	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Sos jarzynowy ( ) 100 ml ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa (zmielona) 100 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Sos jarzynowy ( ) 100 ml ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Buraczki podprawiane -drobno tarte ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - koperkowa z ryżem ( ) RYD 700 g ( <b>JAJ, SEL.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD ( ) 700 ml ( <b>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Sos jarzynowy ( ) 100 ml ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) ( ) 100 g Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) ( ) 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Sos jarzynowy ( ) 100 ml ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Buraczki podprawiane -drobno tarte ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Gulasz warzyczny z tofu dieta* 200 g ( <b>GLU, PSZ, SOJ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa (bez glutenu) 100 g Sos jarzynowy (bez glutenu) 100 ml ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Buraczki podprawiane jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Sos jarzynowy ( ) 100 ml ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Buraczki podprawiane -drobno tarte ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Sos jarzynowy ( ) 100 ml ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
		Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )										
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Paszki z soczewicy ( ) 70 g ( <b>GLU, PSZ, JAJ.</b> ) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Ziemniaczana ( ) 400 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Płynna odżywcza - ziemniaczana ( ) RYD 700 g ( <b>JAJ, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD ( ) 700 ml ( <b>GLU, PSZ, SOJ, MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Paszki z soczewicy ( ) 70 g ( <b>GLU, PSZ, JAJ.</b> ) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Paszki z soczewicy ( ) 70 g ( <b>GLU, PSZ, JAJ.</b> ) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Paszki z soczewicy ( ) 70 g ( <b>GLU, PSZ, JAJ.</b> ) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g
		Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g										
PN	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <b>MLE.</b> )	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb rżany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <b>GLU, PSZ, MLE.</b> ) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb rżany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <b>GLU, PSZ, MLE, GLU, ZYT.</b> ) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Wafle ryżowe 20 g	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb rżany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <b>GLU, PSZ, MLE, GLU, ZYT.</b> ) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <b>MLE.</b> )
	Wartość energetyczna: 2620,03 kcal; Białko ogółem: 105,56 g; Tłuszcz: 89,71 g; Kw. tł. nasy.: 39,63 g; Węglowodany ogółem: 363,40 g; W tym cukry: 67,85 g; Błonnik pok.: 33,98 g; Sol: 9,43 g;	Wartość energetyczna: 2414,45 kcal; Białko ogółem: 107,76 g; Tłuszcz: 75,01 g; Kw. tł. nasy.: 37,87 g; Węglowodany ogółem: 338,22 g; W tym cukry: 65,62 g; Błonnik pok.: 24,48 g; Sol: 7,72 g;	Wartość energetyczna: 2500,87 kcal; Białko ogółem: 108,64 g; Tłuszcz: 75,11 g; Kw. tł. nasy.: 38,31 g; Węglowodany ogółem: 357,04 g; W tym cukry: 65,62 g; Błonnik pok.: 27,35 g; Sol: 7,68 g;	Wartość energetyczna: 2744,38 kcal; Białko ogółem: 120,59 g; Tłuszcz: 77,25 g; Kw. tł. nasy.: 31,94 g; Węglowodany ogółem: 404,21 g; W tym cukry: 100,45 g; Błonnik pok.: 30,94 g; Sol: 7,41 g;	Wartość energetyczna: 2447,98 kcal; Białko ogółem: 123,40 g; Tłuszcz: 122,04 g; Kw. tł. nasy.: 43,38 g; Węglowodany ogółem: 223,32 g; W tym cukry: 84,20 g; Błonnik pok.: 19,36 g; Sol: 4,99 g;	Wartość energetyczna: 2264,12 kcal; Białko ogółem: 141,62 g; Tłuszcz: 91,97 g; Kw. tł. nasy.: 43,38 g; Węglowodany ogółem: 223,64 g; W tym cukry: 84,20 g; Błonnik pok.: 10,75 g; Sol: 2,75 g;	Wartość energetyczna: 2434,80 kcal; Białko ogółem: 102,83 g; Tłuszcz: 84,22 g; Kw. tł. nasy.: 38,23 g; Węglowodany ogółem: 333,41 g; W tym cukry: 67,33 g; Błonnik pok.: 35,06 g; Sol: 9,04 g;	Wartość energetyczna: 2434,80 kcal; Białko ogółem: 101,49 g; Tłuszcz: 71,52 g; Kw. tł. nasy.: 45,19 g; Węglowodany ogółem: 351,16 g; W tym cukry: 64,17 g; Błonnik pok.: 28,86 g; Sol: 8,29 g;	Wartość energetyczna: 2600,43 kcal; Białko ogółem: 78,92 g; Tłuszcz: 97,02 g; Kw. tł. nasy.: 45,19 g; Węglowodany ogółem: 368,40 g; W tym cukry: 43,02 g; Błonnik pok.: 19,99 g; Sol: 3,92 g;	Wartość energetyczna: 1968,35 kcal; Białko ogółem: 70,64 g; Tłuszcz: 73,25 g; Kw. tł. nasy.: 31,16 g; Węglowodany ogółem: 263,72 g; W tym cukry: 43,02 g; Błonnik pok.: 19,99 g; Sol: 3,92 g;	Wartość energetyczna: 2560,37 kcal; Białko ogółem: 108,32 g; Tłuszcz: 86,11 g; Kw. tł. nasy.: 46,38 g; Węglowodany ogółem: 354,64 g; W tym cukry: 66,12 g; Błonnik pok.: 27,35 g; Sol: 8,69 g;	Wartość energetyczna: 2760,40 kcal; Białko ogółem: 108,32 g; Tłuszcz: 90,29 g; Kw. tł. nasy.: 49,81 g; Węglowodany ogółem: 389,44 g; W tym cukry: 81,31 g; Błonnik pok.: 29,81 g; Sol: 10,17 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzycowa niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Chleb Graham 70 g ( <u>MLE</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> ) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 100 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> ) Jabłko pieczone 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> ) Bulka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 100 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> ) Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> )	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekkiem b/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> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> ) Twarożek 100 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 100 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 100 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> )	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 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 ZYT.</u> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> ) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> ) Jabłko pieczone 150 g
II ŚN	Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml											Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
Obiad	Rosół z makaronem ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udko gotowane bez skóry 1 szt. 210 g Sznajki gotowane z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysiwka ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udko gotowane bez skóry 1 szt. 210 g Sznajki gotowane z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Budynz udzka kurczaka 1 szt. 210 g Sos koperkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Sznajki gotowane z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - rosół z makaronem ( ) RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD ( ) 700 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udko gotowane bez skóry 1 szt. 210 g Sznajki gotowane z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysiwka ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udko gotowane bez skóry 1 szt. 210 g Sznajki gotowane z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysiwka ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Kotlet z jaj 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem ( bez glutenu ) ( ) 400 ml ( <u>SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udko gotowane bez skóry 1 szt. 210 g Sznajki gotowane z olejem ( bez glutenu ) * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udko gotowane bez skóry 1 szt. 210 g Sznajki gotowane z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udko gotowane bez skóry 1 szt. 210 g Sznajki gotowane z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD	Kefir 2 % tł 200g 1 szt ( <u>MLE</u> )											Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w ost.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w ost.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w ost.niejad 50 g Jarzynowa z ryżem dieta ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem ( ) RYD 700 g ( <u>JAJ, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD ( ) 700 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w ost.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w ost.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Hummus 100 g ( <u>SEZ</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w ost.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w ost.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w ost.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w ost.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200ml
PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE.</u> )				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,3l 1 szt		Kanaпка z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE.</u> )		Przecier owocowo-warzywny jabłko-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 ZYT</u> ) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE.</u> )	
	Wartość energetyczna: 2508.11 kcal; Białko ogółem: 121.70 g; Tłuszcz: 106.21 g; Kw. tł. nasy.: 47.81 g; Węglowodany ogółem: 277.16 g; W tym cukry: 54.09 g; Błonnik pok.: 24.84 g; Sól: 7.88 g;	Wartość energetyczna: 2418.07 kcal; Białko ogółem: 116.18 g; Tłuszcz: 88.91 g; Kw. tł. nasy.: 39.00 g; Węglowodany ogółem: 295.52 g; W tym cukry: 65.22 g; Błonnik pok.: 21.06 g; Sól: 6.87 g;	Wartość energetyczna: 2368.17 kcal; Białko ogółem: 109.78 g; Tłuszcz: 85.28 g; Kw. tł. nasy.: 35.20 g; Węglowodany ogółem: 297.70 g; W tym cukry: 65.22 g; Błonnik pok.: 21.37 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2471.94 kcal; Białko ogółem: 104.85 g; Tłuszcz: 114.29 g; Kw. tł. nasy.: 27.33 g; Węglowodany ogółem: 386.40 g; W tym cukry: 86.76 g; Błonnik pok.: 24.77 g; Sól: 8.11 g;	Wartość energetyczna: 2471.94 kcal; Białko ogółem: 123.45 g; Tłuszcz: 114.29 g; Kw. tł. nasy.: 38.98 g; Węglowodany ogółem: 241.63 g; W tym cukry: 88.93 g; Błonnik pok.: 16.77 g; Sól: 3.81 g;	Wartość energetyczna: 2197.52 kcal; Białko ogółem: 137.86 g; Tłuszcz: 84.97 g; Kw. tł. nasy.: 38.98 g; Węglowodany ogółem: 225.13 g; W tym cukry: 74.80 g; Błonnik pok.: 13.72 g; Sól: 2.55 g;	Wartość energetyczna: 2485.08 kcal; Białko ogółem: 134.01 g; Tłuszcz: 106.90 g; Kw. tł. nasy.: 42.30 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 43.07 g; Błonnik pok.: 29.33 g; Sól: 8.37 g;	Wartość energetyczna: 2470.43 kcal; Białko ogółem: 124.73 g; Tłuszcz: 91.10 g; Kw. tł. nasy.: 34.99 g; Węglowodany ogółem: 294.88 g; W tym cukry: 56.27 g; Błonnik pok.: 23.76 g; Sól: 9.22 g;	Wartość energetyczna: 2504.52 kcal; Białko ogółem: 72.19 g; Tłuszcz: 101.80 g; Kw. tł. nasy.: 36.01 g; Węglowodany ogółem: 329.16 g; W tym cukry: 66.65 g; Błonnik pok.: 24.59 g; Sól: 6.76 g;	Wartość energetyczna: 2266.27 kcal; Białko ogółem: 94.63 g; Tłuszcz: 90.45 g; Kw. tł. nasy.: 47.33 g; Węglowodany ogółem: 271.01 g; W tym cukry: 54.39 g; Błonnik pok.: 15.90 g; Sól: 3.94 g;	Wartość energetyczna: 2500.51 kcal; Białko ogółem: 119.96 g; Tłuszcz: 101.19 g; Kw. tł. nasy.: 47.33 g; Węglowodany ogółem: 286.42 g; W tym cukry: 63.17 g; Błonnik pok.: 21.84 g; Sól: 8.82 g;	Wartość energetyczna: 2639.98 kcal; Białko ogółem: 136.75 g; Tłuszcz: 106.82 g; Kw. tł. nasy.: 48.39 g; Węglowodany ogółem: 292.85 g; W tym cukry: 45.03 g; Błonnik pok.: 24.23 g; Sól: 10.12 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD 7.Cukrzycyowa	KRK- RYD 7a.Cukrzycza niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Sniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW, GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Chleb Graham 70 g Masło 83% tł. 20 g Szynka soltysa wędziona, parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekami z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ, ZYT, GLU JECZ</b> ) Mix salat 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW, GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynka soltysa wędziona, parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekami z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</b> ) Mix salat 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW, GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynka soltysa wędziona, parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekami z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</b> ) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW, GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynka soltysa wędziona, parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekami z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</b> ) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <b>MLE, GLU OW, GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Kawa zbożowa z mlekami b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</b> )	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE</b> ) Kawa zbożowa z mlekami b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</b> )	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynka soltysa wędziona, parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekami b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</b> ) Mix salat 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynka soltysa wędziona, parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekami b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</b> ) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW, GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Ser topiony 50 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekami z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</b> ) Mix salat 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.g.rozd.wedz.parzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mix salat 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW, GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Ser topiony 50 g ( <b>MLE</b> ) Kawa zbożowa z mlekami z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</b> ) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW, GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Ser topiony 50 g ( <b>MLE</b> ) Kawa zbożowa z mlekami z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</b> ) Sok marchwiowy 200 ml
II SN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml											
Obiad	Grochowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ryz na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek ( ) z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ryz na sypko 200 g Mus z jabłek ( ) z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Płynna odżywcza - solferino ( ) RYD 700 g ( <b>JAJ, SEL</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD ( ) 700 ml ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ryz na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek ( ) b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ryz na sypko 200 g Mus z jabłek ( ) b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ryz na sypko 200 g Mus z jabłek ( ) z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino (bez glutenu) ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ryz na sypko 200 g Mus z jabłek ( ) z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ryz na sypko 200 g Mus z jabłek ( ) z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ryz na sypko 200 g Mus z jabłek ( ) b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ryz na sypko 200 g Mus z jabłek ( ) b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml ( <b>MLE</b> )											
Kolacja	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Grysiówka ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Płynna odżywcza - grysiówka ( ) RYD 700 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, SEL</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD ( ) 700 ml ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Salata zielona 20 g Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Salata zielona 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Polewica premium-wędlna dr. srednio rozd. 50 g ( <b>SOJ</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Polewica premium-wędlna dr. srednio rozd. 50 g ( <b>SOJ</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
PN	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <b>MLE</b> )		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE, GLU ZYT</b> ) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <b>MLE</b> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE, GLU ZYT</b> ) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <b>MLE</b> )	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Wafle ryżowe 20 g	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE, GLU ZYT</b> ) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <b>MLE</b> )
	Wartość energetyczna: 2445,72 kcal; Białko ogółem: 34,99 g; Tłuszcz: 75,66 g; Kw. tł. nasy.: 40,67 g; Węglowodany ogółem: 345,10 g; W tym cukry: 61,66 g; Błonnik pok.: 31,24 g; Sól: 7,31 g;	Wartość energetyczna: 2302,76 kcal; Białko ogółem: 84,49 g; Tłuszcz: 70,06 g; Kw. tł. nasy.: 40,12 g; Węglowodany ogółem: 341,86 g; W tym cukry: 66,12 g; Błonnik pok.: 19,23 g; Sól: 5,88 g;	Wartość energetyczna: 2327,54 kcal; Białko ogółem: 81,09 g; Tłuszcz: 67,83 g; Kw. tł. nasy.: 37,37 g; Węglowodany ogółem: 353,10 g; W tym cukry: 67,44 g; Błonnik pok.: 19,96 g; Sól: 5,89 g;	Wartość energetyczna: 2463,35 kcal; Białko ogółem: 126,38 g; Tłuszcz: 68,88 g; Kw. tł. nasy.: 37,19 g; Węglowodany ogółem: 375,33 g; W tym cukry: 84,20 g; Błonnik pok.: 20,77 g; Sól: 5,57 g;	Wartość energetyczna: 2264,12 kcal; Białko ogółem: 141,82 g; Tłuszcz: 91,97 g; Kw. tł. nasy.: 43,38 g; Węglowodany ogółem: 223,64 g; W tym cukry: 101,67 g; Błonnik pok.: 18,09 g; Sól: 4,09 g;	Wartość energetyczna: 2264,12 kcal; Białko ogółem: 95,65 g; Tłuszcz: 73,93 g; Kw. tł. nasy.: 41,30 g; Węglowodany ogółem: 340,41 g; W tym cukry: 58,83 g; Błonnik pok.: 36,47 g; Sól: 8,12 g;	Wartość energetyczna: 2343,74 kcal; Białko ogółem: 78,14 g; Tłuszcz: 65,80 g; Kw. tł. nasy.: 38,08 g; Węglowodany ogółem: 365,40 g; W tym cukry: 58,12 g; Błonnik pok.: 21,29 g; Sól: 7,82 g;	Wartość energetyczna: 2455,62 kcal; Białko ogółem: 95,02 g; Tłuszcz: 82,84 g; Kw. tł. nasy.: 44,73 g; Węglowodany ogółem: 352,83 g; W tym cukry: 64,03 g; Błonnik pok.: 23,83 g; Sól: 6,94 g;	Wartość energetyczna: 1851,00 kcal; Białko ogółem: 48,24 g; Tłuszcz: 61,69 g; Kw. tł. nasy.: 32,38 g; Węglowodany ogółem: 278,02 g; W tym cukry: 41,23 g; Błonnik pok.: 12,48 g; Sól: 2,98 g;	Wartość energetyczna: 2369,95 kcal; Białko ogółem: 68,40 g; Tłuszcz: 75,70 g; Kw. tł. nasy.: 44,08 g; Węglowodany ogółem: 358,92 g; W tym cukry: 67,49 g; Błonnik pok.: 21,92 g; Sól: 6,70 g;	Wartość energetyczna: 2658,42 kcal; Białko ogółem: 78,37 g; Tłuszcz: 82,56 g; Kw. tł. nasy.: 49,15 g; Węglowodany ogółem: 405,31 g; W tym cukry: 77,21 g; Błonnik pok.: 25,37 g; Sól: 9,00 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzycza niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
2024-04-23 wtorek	Sniadanie	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (GLUPSZ, SOJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT.) Sok pomidorowy 200 ml	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Roszponka 10 g	Chleb bezglutenowy 100 g (MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml
	II SN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml											
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z rzepy białej i jabłka ( ) 200 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzynna z ziemniakami ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Sos ziołowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzynna z ziemniakami ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa (zmielona) 100 g Sos ziołowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - wielowarzynna z ziemniakami ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD ( ) 700 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzynna z ziemniakami ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzynna z ziemniakami ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzynna z ziemniakami ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzynna z ziemniakami ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 200 g (GLU PSZ, SEL.) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy (bez glutenu) ( ) 100 ml (SEL.) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszonej ( ) 400 ml (GLUPSZ, SEL, GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszonej ( ) 400 ml (GLUPSZ, SEL, GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE.)											
	Kolacja	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z makreli wędzonej z warzywami ( ) 100 g (RYB, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami ( ) 100 g (RYB, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Płynna odżywcza - ziemniaczana ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD ( ) 700 ml (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Salata zielona 20 g Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z makreli wędzonej z warzywami ( ) 100 g (RYB, SEL.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłka prażone b/c 150 g	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Salata zielona 20 g Chleb bezglutenowy 100 g (MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami ( ) 100 g (RYB, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Jajko gotowane ki M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g
	PN	Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt											
		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt										Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2673,47 kcal; Białko ogółem: 107,42 g; Tłuszcz: 108,12 g; Kw. tł. nasy.: 42,70 g; Węglowodany ogółem: 338,27 g; W tym cukry: 63,73 g; Błonnik pok.: 34,11 g; Sól: 9,19 g;	Wartość energetyczna: 2443,12 kcal; Białko ogółem: 106,89 g; Tłuszcz: 79,50 g; Kw. tł. nasy.: 34,89 g; Węglowodany ogółem: 339,31 g; W tym cukry: 69,58 g; Błonnik pok.: 35,05 g; Sól: 7,32 g;	Wartość energetyczna: 2411,20 kcal; Białko ogółem: 100,84 g; Tłuszcz: 74,37 g; Kw. tł. nasy.: 34,60 g; Węglowodany ogółem: 349,18 g; W tym cukry: 66,65 g; Błonnik pok.: 34,37 g; Sól: 9,11 g;	Wartość energetyczna: 2639,98 kcal; Białko ogółem: 109,15 g; Tłuszcz: 74,06 g; Kw. tł. nasy.: 34,15 g; Węglowodany ogółem: 401,27 g; W tym cukry: 70,84 g; Błonnik pok.: 37,96 g; Sól: 8,87 g;	Wartość energetyczna: 2313,35 kcal; Białko ogółem: 120,17 g; Tłuszcz: 84,97 g; Kw. tł. nasy.: 27,23 g; Węglowodany ogółem: 225,13 g; W tym cukry: 91,86 g; Błonnik pok.: 19,70 g; Sól: 3,88 g;	Wartość energetyczna: 2197,52 kcal; Białko ogółem: 137,86 g; Tłuszcz: 84,97 g; Kw. tł. nasy.: 38,98 g; Węglowodany ogółem: 225,13 g; W tym cukry: 74,80 g; Błonnik pok.: 13,72 g; Sól: 2,55 g;	Wartość energetyczna: 2625,35 kcal; Białko ogółem: 108,20 g; Tłuszcz: 74,53 g; Kw. tł. nasy.: 40,65 g; Węglowodany ogółem: 346,93 g; W tym cukry: 76,15 g; Błonnik pok.: 41,46 g; Sól: 9,57 g;	Wartość energetyczna: 2569,44 kcal; Białko ogółem: 99,47 g; Tłuszcz: 75,82 g; Kw. tł. nasy.: 35,98 g; Węglowodany ogółem: 368,05 g; W tym cukry: 75,82 g; Błonnik pok.: 38,39 g; Sól: 11,09 g;	Wartość energetyczna: 2425,95 kcal; Białko ogółem: 83,17 g; Tłuszcz: 75,44 g; Kw. tł. nasy.: 35,95 g; Węglowodany ogółem: 347,92 g; W tym cukry: 65,85 g; Błonnik pok.: 36,41 g; Sól: 5,23 g;	Wartość energetyczna: 2001,79 kcal; Białko ogółem: 75,50 g; Tłuszcz: 75,65 g; Kw. tł. nasy.: 27,95 g; Węglowodany ogółem: 347,92 g; W tym cukry: 44,21 g; Błonnik pok.: 26,76 g; Sól: 3,62 g;	Wartość energetyczna: 2504,20 kcal; Białko ogółem: 98,69 g; Tłuszcz: 85,05 g; Kw. tł. nasy.: 37,98 g; Węglowodany ogółem: 423,93 g; W tym cukry: 66,46 g; Błonnik pok.: 35,00 g; Sól: 8,65 g;	Wartość energetyczna: 2920,77 kcal; Białko ogółem: 112,09 g; Tłuszcz: 93,13 g; Kw. tł. nasy.: 43,07 g; Węglowodany ogółem: 423,93 g; W tym cukry: 92,15 g; Błonnik pok.: 38,44 g; Sól: 11,00 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzycowa niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ, SEL.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE.) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	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.) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE.) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	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.) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Bułka pszenno-żytnia 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 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.) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE.) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g (MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE.) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	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.) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g
	TJ, SN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml										
Obiad	Grysiówka (l) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane (l) 200 g udziec z kurczaka pieczoney z/k z/s 130 g Sos bazylkowy (l) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Salatka szwedzka (l) 200 g (GOR.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysiówka (l) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane (l) 200 g udziec z kurczaka pieczoney z/k z/s 130 g Sos bazylkowy (l) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych krolewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysiówka (l) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane (l) 200 g Klopsik drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos bazylkowy (l) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych krolewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - grysiówka (l) RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD (l) 700 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysiówka (l) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane (l) 200 g udziec z kurczaka pieczoney z/k z/s 130 g Sos bazylkowy (l) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Salatka szwedzka (l) 100 g (GOR.) Bukiet warzyw gotowanych krolewski* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysiówka (l) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane (l) 200 g Klopsik drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos bazylkowy (l) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych krolewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysiówka (l) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane (l) 200 g Curry dyniowo-ziemniaczane z ciecierzycą 350 g Salatka szwedzka (l) 200 g (GOR.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ryżem (l) 400 g (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (l) 200 g udziec z kurczaka pieczoney z/k z/s 130 g Sos bazylkowy (bez glutenu) (l) 100 ml (SEL.) Bukiet warzyw gotowanych krolewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysiówka (l) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane (l) 200 g udziec z kurczaka pieczoney z/k z/s 130 g Sos bazylkowy (bez glutenu) (l) 100 ml (SEL.) Bukiet warzyw gotowanych krolewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysiówka (l) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane (l) 200 g udziec z kurczaka pieczoney z/k z/s 130 g Sos bazylkowy (bez glutenu) (l) 100 ml (SEL.) Bukiet warzyw gotowanych krolewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysiówka (l) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane (l) 200 g udziec z kurczaka pieczoney z/k z/s 130 g Sos bazylkowy (bez glutenu) (l) 100 ml (SEL.) Bukiet warzyw gotowanych krolewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Budyni o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE.)										
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, SEL.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka. (l) 100 g (SEL.) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka. (l) 100 g (SEL.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka. (l) 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenno-żytnia krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka. (l) 100 g (SEL.) Jarzynowa z makaronem dieťa (l) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jaryznowa z makaronem (l) RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD (l) 700 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka. (l) 100 g (SEL.) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka. (l) 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g (MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka. (l) 100 g (SEL.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka. (l) 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka. (l) 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)										
	Wartość energetyczna: 254,9 kcal; Białko ogółem: 107,31 g; Tłuszcz: 87,08 g; Kw. tł. nasy.: 44,97 g; Węglowodany ogółem: 346,30 g; W tym cukry: 96,44 g; Błonnik pok.: 25,82 g; Sól: 8,90 g;	Wartość energetyczna: 254,9 kcal; Białko ogółem: 107,16 g; Tłuszcz: 87,34 g; Kw. tł. nasy.: 45,18 g; Węglowodany ogółem: 334,83 g; W tym cukry: 87,83 g; Błonnik pok.: 19,32 g; Sól: 6,25 g;	Wartość energetyczna: 254,9 kcal; Białko ogółem: 95,10 g; Tłuszcz: 80,64 g; Kw. tł. nasy.: 41,72 g; Węglowodany ogółem: 351,89 g; W tym cukry: 90,29 g; Błonnik pok.: 20,54 g; Sól: 7,17 g;	Wartość energetyczna: 259,70 kcal; Białko ogółem: 102,04 g; Tłuszcz: 121,37 g; Kw. tł. nasy.: 41,31 g; Węglowodany ogółem: 373,83 g; W tym cukry: 94,56 g; Błonnik pok.: 21,76 g; Sól: 6,90 g;	Wartość energetyczna: 226,41 kcal; Białko ogółem: 126,51 g; Tłuszcz: 91,97 g; Kw. tł. nasy.: 31,73 g; Węglowodany ogółem: 237,97 g; W tym cukry: 99,87 g; Błonnik pok.: 14,76 g; Sól: 4,07 g;	Wartość energetyczna: 244,51 kcal; Białko ogółem: 141,62 g; Tłuszcz: 91,97 g; Kw. tł. nasy.: 43,38 g; Węglowodany ogółem: 223,64 g; W tym cukry: 84,20 g; Błonnik pok.: 10,75 g; Sól: 2,75 g;	Wartość energetyczna: 244,51 kcal; Białko ogółem: 119,25 g; Tłuszcz: 84,19 g; Kw. tł. nasy.: 42,11 g; Węglowodany ogółem: 364,79 g; W tym cukry: 68,63 g; Błonnik pok.: 29,13 g; Sól: 8,42 g;	Wartość energetyczna: 2530,30 kcal; Białko ogółem: 101,17 g; Tłuszcz: 80,92 g; Kw. tł. nasy.: 38,79 g; Węglowodany ogółem: 326,94 g; W tym cukry: 77,10 g; Błonnik pok.: 23,18 g; Sól: 9,10 g;	Wartość energetyczna: 2341,98 kcal; Białko ogółem: 82,21 g; Tłuszcz: 83,26 g; Kw. tł. nasy.: 48,65 g; Węglowodany ogółem: 326,94 g; W tym cukry: 103,82 g; Błonnik pok.: 29,12 g; Sól: 8,70 g;	Wartość energetyczna: 2104,41 kcal; Białko ogółem: 74,96 g; Tłuszcz: 112,52 g; Kw. tł. nasy.: 38,32 g; Węglowodany ogółem: 266,52 g; W tym cukry: 65,06 g; Błonnik pok.: 16,68 g; Sól: 2,74 g;	Wartość energetyczna: 2742,41 kcal; Białko ogółem: 111,60 g; Tłuszcz: 112,52 g; Kw. tł. nasy.: 50,25 g; Węglowodany ogółem: 327,08 g; W tym cukry: 76,13 g; Błonnik pok.: 20,10 g; Sól: 8,46 g;	Wartość energetyczna: 3125,06 kcal; Białko ogółem: 125,00 g; Tłuszcz: 119,60 g; Kw. tł. nasy.: 55,32 g; Węglowodany ogółem: 394,62 g; W tym cukry: 93,33 g; Błonnik pok.: 23,55 g; Sól: 10,81 g;



Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzycowa niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
II SN	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb Graham 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska soltyśa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE), Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska soltyśa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (GLUPSZ, SOJ, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.), Szyńska soltyśa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska soltyśa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska soltyśa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.)	Chleb bezglutenowy 100 g (MLE), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska soltyśa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.)
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, ) Łazanki z kapustą i mięsem 350 g (GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, ) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml ( GLU PSZ, MLE, SEL, ) Makaron 200 g (GLU PSZ, ) Sos mięsno warzywny ( ) z mięsa wieprzowego) 150 g ( GLU PSZ, SEL, ) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - barszcz czerwony z ziemniakami ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL, ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD ( ) 700 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, ) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ, ) Sos mięsno warzywny ( ) z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL, ) Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzynowa z olejem b/c ( ) 100 g (SEL, ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, ) Makaron 200 g (GLU PSZ, ) Sos mięsno warzywny ( ) z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL, ) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, ) Makaron ze szpinakiem i twarogiem* 350 g (GLU PSZ, MLE, ) Sos mięsno warzywny ( ) z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL, ) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, ) Makaron bezglutenowy 200 g (GLU PSZ, SEL, ) Sos mięsno warzywny ( ) z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL, ) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, ) Makaron bezglutenowy 200 g (GLU PSZ, SEL, ) Sos mięsno warzywny ( ) z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL, ) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, ) Makaron bezglutenowy 200 g (GLU PSZ, SEL, ) Sos mięsno warzywny ( ) z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL, ) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, ) Makaron 200 g (GLU PSZ, ) Sos mięsno warzywny ( ) z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL, ) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)
PD							Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE)					Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE)
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Twarożek 100 g (MLE), Ryżowa ( ) 400 ml (MLE, MLE), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ryżowa RYD 700 g (JAJ, SEL, ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD ( ) 700 ml (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE), Pasztecik z ciocieryzcy ( ) 70 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, ) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE), Twarożek 100 g (MLE), Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (MLE), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Twarożek 100 g (MLE), Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (MLE), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Twarożek 100 g (MLE), Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.)
PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać</u> : MLE, )				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać</u> : MLE, )			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.)
	Wartość energetyczna: 2666.54 kcal; Białko ogółem: 96.87 g; Tłuszcz: 94.46 g; Kw. tł. nasy.: 40.04 g; Węglowodany ogółem: 366.30 g; W tym cukry: 81.78 g; Błonnik pok.: 34.72 g; Sól: 7.74 g;	Wartość energetyczna: 2477.17 kcal; Białko ogółem: 102.28 g; Tłuszcz: 78.84 g; Kw. tł. nasy.: 37.30 g; Węglowodany ogółem: 348.50 g; W tym cukry: 80.44 g; Błonnik pok.: 24.96 g; Sól: 6.58 g;	Wartość energetyczna: 2555.71 kcal; Białko ogółem: 101.87 g; Tłuszcz: 78.94 g; Kw. tł. nasy.: 37.74 g; Węglowodany ogółem: 366.94 g; W tym cukry: 85.00 g; Błonnik pok.: 26.63 g; Sól: 6.78 g;	Wartość energetyczna: 2687.06 kcal; Białko ogółem: 107.75 g; Tłuszcz: 78.57 g; Kw. tł. nasy.: 37.31 g; Węglowodany ogółem: 395.66 g; W tym cukry: 82.40 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 6.50 g;	Wartość energetyczna: 2381.92 kcal; Białko ogółem: 119.57 g; Tłuszcz: 84.97 g; Kw. tł. nasy.: 27.19 g; Węglowodany ogółem: 225.74 g; W tym cukry: 92.70 g; Błonnik pok.: 18.96 g; Sól: 3.92 g;	Wartość energetyczna: 2197.52 kcal; Białko ogółem: 137.86 g; Tłuszcz: 84.97 g; Kw. tł. nasy.: 38.98 g; Węglowodany ogółem: 225.13 g; W tym cukry: 74.80 g; Błonnik pok.: 13.72 g; Sól: 2.55 g;	Wartość energetyczna: 2568.55 kcal; Białko ogółem: 110.08 g; Tłuszcz: 94.09 g; Kw. tł. nasy.: 41.19 g; Węglowodany ogółem: 355.72 g; W tym cukry: 55.31 g; Błonnik pok.: 31.61 g; Sól: 8.89 g;	Wartość energetyczna: 2579.48 kcal; Białko ogółem: 110.46 g; Tłuszcz: 83.10 g; Kw. tł. nasy.: 41.19 g; Węglowodany ogółem: 355.72 g; W tym cukry: 55.31 g; Błonnik pok.: 31.61 g; Sól: 8.89 g;	Wartość energetyczna: 2697.69 kcal; Białko ogółem: 85.76 g; Tłuszcz: 95.73 g; Kw. tł. nasy.: 42.86 g; Węglowodany ogółem: 281.64 g; W tym cukry: 86.97 g; Błonnik pok.: 31.54 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 2024.59 kcal; Białko ogółem: 64.30 g; Tłuszcz: 73.31 g; Kw. tł. nasy.: 30.27 g; Węglowodany ogółem: 281.64 g; W tym cukry: 81.59 g; Błonnik pok.: 19.46 g; Sól: 2.89 g;	Wartość energetyczna: 2623.68 kcal; Białko ogółem: 98.65 g; Tłuszcz: 89.60 g; Kw. tł. nasy.: 45.05 g; Węglowodany ogółem: 364.74 g; W tym cukry: 61.59 g; Błonnik pok.: 26.63 g; Sól: 7.77 g;	Wartość energetyczna: 2961.90 kcal; Białko ogółem: 129.56 g; Tłuszcz: 101.99 g; Kw. tł. nasy.: 50.15 g; Węglowodany ogółem: 392.26 g; W tym cukry: 60.06 g; Błonnik pok.: 32.38 g; Sól: 10.11 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD 7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzycza niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
Sniadanie	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ JAJ MLE</u> ) Chleb Graham 70 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ JAJ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Miód (25g) 2 szt Jabłko 150 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> )	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLUPSZ JAJ MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ JAJ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> )	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ JAJ MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ JAJ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> )	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <u>GLUPSZ JAJ MLE</u> ) Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> )	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <u>GLUPSZ JAJ MLE</u> ) Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> )	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml ( <u>GLUPSZ SOJ MLE</u> ) Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE</u> )	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml ( <u>GLUPSZ SOJ MLE</u> ) Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE</u> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ) Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE</u> ) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ JAJ MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ JAJ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> )	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ JAJ MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ JAJ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> )	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ JAJ MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ) Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE</u> ) Jabłko pieczone 150 g
	II SN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml											
Obiad	Kalafiorowa z ryżem ( ) 400 ml ( <u>MLE SEL</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g ( <u>GLU PSZ JAJ RYB</u> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa ( ) 400 ml ( <u>MLE SEL</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB</u> ) Warzywa po grecku ( ) 200 g ( <u>GLU PSZ SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa ( ) 400 ml ( <u>MLE SEL</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g ( <u>GLU PSZ JAJ RYB</u> ) Sos jarzynowy ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ SEL</u> ) Warzywa po grecku ( ) 200 g ( <u>GLU PSZ SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ryżowa ( ) RYD 700 g ( <u>JAJ SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ryżowa ( ) RYD 700 g ( <u>JAJ SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD ( ) 700 ml ( <u>GLUPSZ JAJ MLE SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem ( ) 400 ml ( <u>MLE SEL</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB</u> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ SEL</u> ) Warzywa po grecku ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa ( ) 400 ml ( <u>MLE SEL</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB</u> ) Warzywa po grecku ( ) 200 g ( <u>GLU PSZ SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem ( ) 400 ml ( <u>MLE SEL</u> ) Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 350 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa ( ) 400 ml ( <u>MLE SEL</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB</u> ) Warzywa po grecku (bez glutenu) ( ) 200 g ( <u>SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem ( ) 400 ml ( <u>MLE SEL</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB</u> ) Warzywa po grecku ( ) 200 g ( <u>GLU PSZ SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem ( ) 400 ml ( <u>MLE SEL</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB</u> ) Warzywa po grecku ( ) 200 g ( <u>GLU PSZ SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD	Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g ( <u>GLUPSZ 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> ) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g ( <u>JAJ GOR</u> ) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ MLE</u> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z białek 100 g ( <u>JAJ MLE</u> ) Jarzynowa z makaronem (dieta ) 400 ml ( <u>GLU PSZ MLE SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem ( ) RYD 700 g ( <u>GLU PSZ JAJ SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD ( ) 700 ml ( <u>GLUPSZ SOJ MLE SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ MLE</u> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z białek 100 g ( <u>JAJ MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ MLE</u> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ MLE</u> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> )							Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <u>GLU PSZ MLE</u> ) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> )		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> )		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <u>GLU PSZ MLE GLU ŻYT</u> ) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> )
	Wartość energetyczna: 2845,38 kcal; Białko ogółem: 105,54 g; Tłuszcz: 107,40 g; Kw. tł. nasy.: 41,66 g; Węglowodany ogółem: 373,77 g; W tym cukry: 82,55 g; Błonnik pok.: 25,08 g; Sól: 8,43 g;	Wartość energetyczna: 2651,78 kcal; Białko ogółem: 105,60 g; Tłuszcz: 85,32 g; Kw. tł. nasy.: 40,32 g; Węglowodany ogółem: 376,32 g; W tym cukry: 91,33 g; Błonnik pok.: 25,37 g; Sól: 5,99 g;	Wartość energetyczna: 2724,67 kcal; Białko ogółem: 111,31 g; Tłuszcz: 89,70 g; Kw. tł. nasy.: 41,62 g; Węglowodany ogółem: 379,27 g; W tym cukry: 93,48 g; Błonnik pok.: 26,12 g; Sól: 7,10 g;	Wartość energetyczna: 2905,63 kcal; Białko ogółem: 115,28 g; Tłuszcz: 89,85 g; Kw. tł. nasy.: 41,62 g; Węglowodany ogółem: 422,07 g; W tym cukry: 98,98 g; Błonnik pok.: 28,76 g; Sól: 7,27 g;	Wartość energetyczna: 2563,99 kcal; Białko ogółem: 130,90 g; Tłuszcz: 123,47 g; Kw. tł. nasy.: 42,58 g; Węglowodany ogółem: 238,99 g; W tym cukry: 103,92 g; Błonnik pok.: 14,91 g; Sól: 4,15 g;	Wartość energetyczna: 2284,52 kcal; Białko ogółem: 143,77 g; Tłuszcz: 88,69 g; Kw. tł. nasy.: 41,42 g; Węglowodany ogółem: 223,26 g; W tym cukry: 86,65 g; Błonnik pok.: 10,85 g; Sól: 2,81 g;	Wartość energetyczna: 2510,51 kcal; Białko ogółem: 126,36 g; Tłuszcz: 89,87 g; Kw. tł. nasy.: 42,58 g; Węglowodany ogółem: 318,72 g; W tym cukry: 76,67 g; Błonnik pok.: 32,74 g; Sól: 7,71 g;	Wartość energetyczna: 2739,06 kcal; Białko ogółem: 125,74 g; Tłuszcz: 89,88 g; Kw. tł. nasy.: 42,58 g; Węglowodany ogółem: 371,34 g; W tym cukry: 92,91 g; Błonnik pok.: 30,25 g; Sól: 9,50 g;	Wartość energetyczna: 2663,96 kcal; Białko ogółem: 86,55 g; Tłuszcz: 90,87 g; Kw. tł. nasy.: 40,14 g; Węglowodany ogółem: 384,72 g; W tym cukry: 84,07 g; Błonnik pok.: 23,96 g; Sól: 7,49 g;	Wartość energetyczna: 2162,36 kcal; Białko ogółem: 69,48 g; Tłuszcz: 76,65 g; Kw. tł. nasy.: 32,61 g; Węglowodany ogółem: 305,77 g; W tym cukry: 62,98 g; Błonnik pok.: 19,83 g; Sól: 3,00 g;	Wartość energetyczna: 2561,27 kcal; Białko ogółem: 98,82 g; Tłuszcz: 80,15 g; Kw. tł. nasy.: 38,56 g; Węglowodany ogółem: 372,71 g; W tym cukry: 93,39 g; Błonnik pok.: 26,59 g; Sól: 6,59 g;	Wartość energetyczna: 2896,86 kcal; Białko ogółem: 129,54 g; Tłuszcz: 88,04 g; Kw. tł. nasy.: 43,72 g; Węglowodany ogółem: 411,83 g; W tym cukry: 109,28 g; Błonnik pok.: 31,76 g; Sól: 9,37 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzycowa niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c													
Śniadanie	Platki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane, wedz.p arz w ost. niejadalne) 140 g (GLU PSZ.) Ketchup 20 g (SEL.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JEJCZ.) Salata zielona 20 g	Platki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, 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.) Polejowica premium-wedlina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JEJCZ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Platki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, 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.) Polejowica premium-wedlina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JEJCZ.) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Platki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszemna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Polejowica premium-wedlina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JEJCZ.) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JEJCZ.)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JEJCZ.) Polejowica premium-wedlina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JEJCZ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JEJCZ.) Polejowica premium-wedlina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JEJCZ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną wędlna dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Kawa zbożowa z mlekem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JEJCZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Platki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną 250 ml (MLE, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser topiony o smaku cytrynowym z ziołami 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JEJCZ.) Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g (MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną wędlna, parzona z dod. b. sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Platki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Polejowica premium-wedlina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JEJCZ.) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Platki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Polejowica premium-wedlina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Sok pomidorowy 200 ml	Platki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Kasza jęczmienna/sypko 200g (GLU JEJCZ.) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (GLU PSZ.) Sos pomidorowy 100ml (GLU PSZ.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200g (GLU JEJCZ.) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (GLU PSZ.) Sos pomidorowy 100ml (GLU PSZ.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200g (GLU JEJCZ.) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (GLU PSZ.) Sos pomidorowy 100ml (GLU PSZ.) Buraczki podprawiane -drobno tarte ( ) 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200g (GLU JEJCZ.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 100ml (GLU PSZ.) Buraczki podprawiane -drobno tarte ( ) 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD ( ) 700 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200g (GLU JEJCZ.) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (GLU PSZ.) Sos pomidorowy 100ml (GLU PSZ.) Buraczki podprawiane -drobno tarte ( ) 100 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200g (GLU JEJCZ.) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (GLU PSZ.) Sos pomidorowy 100ml (GLU PSZ.) Buraczki podprawiane -drobno tarte ( ) 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200g (GLU JEJCZ.) Gulasz sojowy z warzywami 200 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu)( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ryz na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (JAJ, SEL.) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEJCZ.) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (GLU PSZ.) Buraczki podprawiane -drobno tarte ( ) 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE.)	Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE.)
Obiad	Ogórkowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200g (GLU JEJCZ.) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (GLU PSZ.) Sos pomidorowy 100ml (GLU PSZ.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200g (GLU JEJCZ.) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (GLU PSZ.) Sos pomidorowy 100ml (GLU PSZ.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200g (GLU JEJCZ.) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (GLU PSZ.) Sos pomidorowy 100ml (GLU PSZ.) Buraczki podprawiane -drobno tarte ( ) 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200g (GLU JEJCZ.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 100ml (GLU PSZ.) Buraczki podprawiane -drobno tarte ( ) 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana ( ) RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda kolacyjna RYD ( ) 700 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g	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 topiony 50 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g (MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	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 topiony 50 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser topiony 50 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser topiony 50 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.) Wafle ryżowe 20 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.)	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.) Wafle ryżowe 20 g	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.)						
PN	Wartość energetyczna: 2852,25 kcal; Białko ogółem: 111,65 g; Tłuszcz: 108,99 g; Kw. tł. nasy.: 46,80 g; Węglowodany ogółem: 367,08 g; W tym cukry: 70,52 g; Błonnik pok.: 30,29 g; Sól: 12,12 g;	Wartość energetyczna: 2464,45 kcal; Białko ogółem: 97,15 g; Tłuszcz: 83,14 g; Kw. tł. nasy.: 39,03 g; Węglowodany ogółem: 357,03 g; W tym cukry: 69,07 g; Błonnik pok.: 27,78 g; Sól: 8,90 g;	Wartość energetyczna: 2561,48 kcal; Białko ogółem: 99,10 g; Tłuszcz: 72,82 g; Kw. tł. nasy.: 38,08 g; Węglowodany ogółem: 384,23 g; W tym cukry: 96,16 g; Błonnik pok.: 27,61 g; Sól: 8,96 g;	Wartość energetyczna: 2689,68 kcal; Białko ogółem: 104,54 g; Tłuszcz: 74,49 g; Kw. tł. nasy.: 37,73 g; Węglowodany ogółem: 410,25 g; W tym cukry: 100,29 g; Błonnik pok.: 31,38 g; Sól: 8,90 g;	Wartość energetyczna: 2464,59 kcal; Białko ogółem: 125,67 g; Tłuszcz: 122,18 g; Kw. tł. nasy.: 32,03 g; Węglowodany ogółem: 225,04 g; W tym cukry: 103,77 g; Błonnik pok.: 20,61 g; Sól: 5,02 g;	Wartość energetyczna: 2264,12 kcal; Białko ogółem: 141,62 g; Tłuszcz: 91,97 g; Kw. tł. nasy.: 43,38 g; Węglowodany ogółem: 294,99 g; W tym cukry: 46,80 g; Błonnik pok.: 10,75 g; Sól: 2,75 g;	Wartość energetyczna: 2378,32 kcal; Białko ogółem: 107,42 g; Tłuszcz: 91,22 g; Kw. tł. nasy.: 41,82 g; Węglowodany ogółem: 294,99 g; W tym cukry: 46,80 g; Błonnik pok.: 32,55 g; Sól: 9,95 g;	Wartość energetyczna: 2475,44 kcal; Białko ogółem: 105,08 g; Tłuszcz: 90,16 g; Kw. tł. nasy.: 40,72 g; Węglowodany ogółem: 351,79 g; W tym cukry: 67,69 g; Błonnik pok.: 29,44 g; Sól: 11,59 g;	Wartość energetyczna: 2475,44 kcal; Białko ogółem: 105,20 g; Tłuszcz: 90,16 g; Kw. tł. nasy.: 44,17 g; Węglowodany ogółem: 287,59 g; W tym cukry: 42,15 g; Błonnik pok.: 37,42 g; Sól: 7,51 g;	Wartość energetyczna: 2107,06 kcal; Białko ogółem: 65,66 g; Tłuszcz: 84,80 g; Kw. tł. nasy.: 31,58 g; Węglowodany ogółem: 287,59 g; W tym cukry: 42,15 g; Błonnik pok.: 16,42 g; Sól: 4,94 g;	Wartość energetyczna: 2601,68 kcal; Białko ogółem: 96,72 g; Tłuszcz: 84,80 g; Kw. tł. nasy.: 45,62 g; Węglowodany ogółem: 369,35 g; W tym cukry: 96,45 g; Błonnik pok.: 26,64 g; Sól: 8,89 g;	Wartość energetyczna: 2833,30 kcal; Białko ogółem: 125,34 g; Tłuszcz: 97,17 g; Kw. tł. nasy.: 50,69 g; Węglowodany ogółem: 373,29 g; W tym cukry: 64,64 g; Błonnik pok.: 31,56 g; Sól: 12,18 g;													

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD 7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzycowa niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Salata zielona 20 g Papryka świeża 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Jabłka prażone b/c 100 g	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Jabłka prażone b/c 100 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Jabłka prażone b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Salata zielona 20 g Papryka świeża 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g (MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Jabłka prażone b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek żółty 50 g (MLE.) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Jabłka prażone b/c 100 g
II ŚN								Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml			Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml	
Obiad	Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z kapusty białej z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Schab gotowany 100 g Sós własny ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Schab gotowany 100 g Sós własny ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Warzywa po grecku ( ) b/c 200 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Schab gotowany -zmielony 100 g Sós własny ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Warzywa po grecku ( ) b/c 200 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - pomidorowa z makaronem ( ) RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD ( ) 700 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Schab gotowany 100 g Sós własny ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty białej z olejem ( ) 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Schab gotowany 100 g Sós własny ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Warzywa po grecku ( ) b/c 200 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Falafele klopsiki z niesierzy 100 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty białej z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Schab gotowany 100 g Sós własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Schab gotowany 100 g Sós własny ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Schab gotowany 100 g Sós własny ( ) 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD								Kefir 2% tł 200g 1 szt (MLE.)			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	
Kolacja	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szywnkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szywnkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szywnkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250ml Sok pomidorowy 200ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szywnkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ryżowa ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250ml Sok pomidorowy 200ml	Płynna odżywcza - ryżowa ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD ( ) 700 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szywnkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szywnkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250ml Sok pomidorowy 200ml	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szywnkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250ml Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g (MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szywnkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szywnkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250ml Sok pomidorowy 200ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szywnkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200ml
PN	Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać:</u> MLE.)				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.)	Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać:</u> MLE.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.)
	Wartość energetyczna: 2356.93 kcal; Białko ogółem: 91.05 g; Tłuszcz: 87.54 g; Kw. tł. nasy.: 39.92 g; Węglowodany ogółem: 312.98 g; W tym cukry: 87.99 g; Błonnik pok.: 27.29 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2005.28 kcal; Białko ogółem: 100.19 g; Tłuszcz: 56.13 g; Kw. tł. nasy.: 29.57 g; Węglowodany ogółem: 277.78 g; W tym cukry: 51.68 g; Błonnik pok.: 16.65 g; Sól: 6.03 g;	Wartość energetyczna: 2134.53 kcal; Białko ogółem: 98.40 g; Tłuszcz: 59.76 g; Kw. tł. nasy.: 30.11 g; Węglowodany ogółem: 311.87 g; W tym cukry: 92.58 g; Błonnik pok.: 27.26 g; Sól: 7.24 g;	Wartość energetyczna: 2543.83 kcal; Białko ogółem: 118.20 g; Tłuszcz: 66.45 g; Kw. tł. nasy.: 33.71 g; Węglowodany ogółem: 311.87 g; W tym cukry: 91.79 g; Błonnik pok.: 28.82 g; Sól: 7.34 g;	Wartość energetyczna: 2465.95 kcal; Białko ogółem: 123.46 g; Tłuszcz: 114.57 g; Kw. tł. nasy.: 27.35 g; Węglowodany ogółem: 240.94 g; W tym cukry: 74.80 g; Błonnik pok.: 18.01 g; Sól: 3.88 g;	Wartość energetyczna: 2197.52 kcal; Białko ogółem: 137.86 g; Tłuszcz: 84.97 g; Kw. tł. nasy.: 38.98 g; Węglowodany ogółem: 225.13 g; W tym cukry: 74.80 g; Błonnik pok.: 13.72 g; Sól: 2.55 g;	Wartość energetyczna: 2273.13 kcal; Białko ogółem: 120.81 g; Tłuszcz: 78.76 g; Kw. tł. nasy.: 44.62 g; Węglowodany ogółem: 283.04 g; W tym cukry: 38.37 g; Błonnik pok.: 32.63 g; Sól: 8.25 g;	Wartość energetyczna: 2332.88 kcal; Białko ogółem: 113.72 g; Tłuszcz: 66.58 g; Kw. tł. nasy.: 35.20 g; Węglowodany ogółem: 331.58 g; W tym cukry: 39.45 g; Błonnik pok.: 33.01 g; Sól: 9.50 g;	Wartość energetyczna: 2258.68 kcal; Białko ogółem: 74.74 g; Tłuszcz: 84.31 g; Kw. tł. nasy.: 39.45 g; Węglowodany ogółem: 247.43 g; W tym cukry: 42.88 g; Błonnik pok.: 23.57 g; Sól: 5.65 g;	Wartość energetyczna: 1830.54 kcal; Białko ogółem: 78.73 g; Tłuszcz: 57.66 g; Kw. tł. nasy.: 26.59 g; Węglowodany ogółem: 247.43 g; W tym cukry: 42.88 g; Błonnik pok.: 11.41 g; Sól: 3.10 g;	Wartość energetyczna: 2165.40 kcal; Białko ogółem: 99.23 g; Tłuszcz: 68.99 g; Kw. tł. nasy.: 40.00 g; Węglowodany ogółem: 291.96 g; W tym cukry: 51.47 g; Błonnik pok.: 18.76 g; Sól: 7.97 g;	Wartość energetyczna: 2401.74 kcal; Białko ogółem: 114.35 g; Tłuszcz: 78.81 g; Kw. tł. nasy.: 47.11 g; Węglowodany ogółem: 315.67 g; W tym cukry: 29.54 g; Błonnik pok.: 24.51 g; Sól: 10.24 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,

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Vegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb Graham 70 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka sojowa wieprzowa, wędzona , parzona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</b> ) Roszponka 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka sojowa wieprzowa, wędzona , parzona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</b> ) Roszponka 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka sojowa wieprzowa, wędzona , parzona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</b> ) Jabłko pieczone 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</b> ) Szynka sojowa Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</b> ) Szynka sojowa Jabłko pieczone 150 g	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka sojowa wieprzowa, wędzona , parzona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</b> ) Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka sojowa wieprzowa, wędzona , parzona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</b> ) Jabłko pieczone 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka sojowa wieprzowa, wędzona , parzona 50 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Roszponka 10 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka sojowa wieprzowa, wędzona , parzona 50 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Roszponka 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka sojowa wieprzowa, wędzona , parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</b> ) Jabłko pieczone 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka sojowa wieprzowa, wędzona , parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</b> ) Jabłko pieczone 150 g
II ŚN	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )										Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )
Obiad	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą ( ) 200 g ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g ( <b>GLU, PSZ, SOJ, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Sos koperkowy ( ) 100 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - brokułowa z ryżem ( ) RYD 700g ( <b>JAJ, SEL.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą ( ) 200 g ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Surówka z selera i jabłka z olejem ( ) 100 g ( <b>SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU, PSZ, JAJ.</b> ) Gulasz warzywny z ciecierzycą ( ) 200 g ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą ( ) 200 g ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* (bez glutenu) 200 g ( <b>SOJ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g ( <b>GLU, PSZ, SOJ, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g ( <b>GLU, PSZ, SOJ, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g ( <b>GLU, PSZ, SOJ, SEL.</b> ) 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	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szprot w sosie pomidorowym 50 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg 100 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg 100 g ( <b>MLE.</b> ) Jarzynowa z makaronem dieta ( ) 400 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem ( ) RYD 700g ( <b>GLU, PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Salata zielona 20 g Chleb Graham 100 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szprot w sosie pomidorowym 50 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg 100 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg 100 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Salata zielona 20 g Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>MLE.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt										Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <b>GLU, PSZ, MLE, GLU, ŻYT.</b> ) Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
	Wartość energetyczna: 2386.91 kcal; Białko ogółem: 86.20 g; Tłuszcz: 76.07 g; Kw. tł. nasy.: 35.80 g; Węglowodany ogółem: 355.54 g; W tym cukry: 79.46 g; Błonnik pok.: 38.53 g; Sól: 7.78 g;	Wartość energetyczna: 2289.32 kcal; Białko ogółem: 84.80 g; Tłuszcz: 73.99 g; Kw. tł. nasy.: 35.28 g; Węglowodany ogółem: 334.97 g; W tym cukry: 75.93 g; Błonnik pok.: 34.07 g; Sól: 7.93 g;	Wartość energetyczna: 2399.17 kcal; Białko ogółem: 97.67 g; Tłuszcz: 75.59 g; Kw. tł. nasy.: 36.50 g; Węglowodany ogółem: 348.11 g; W tym cukry: 83.94 g; Błonnik pok.: 33.22 g; Sól: 8.49 g;	Wartość energetyczna: 2520.86 kcal; Białko ogółem: 104.61 g; Tłuszcz: 75.42 g; Kw. tł. nasy.: 36.09 g; Węglowodany ogółem: 368.05 g; W tym cukry: 88.21 g; Błonnik pok.: 34.44 g; Sól: 8.22 g;	Wartość energetyczna: 2284.11 kcal; Białko ogółem: 89.11 g; Tłuszcz: 74.13 g; Kw. tł. nasy.: 36.02 g; Węglowodany ogółem: 334.75 g; W tym cukry: 63.22 g; Błonnik pok.: 44.92 g; Sól: 8.13 g;	Wartość energetyczna: 2410.78 kcal; Białko ogółem: 96.10 g; Tłuszcz: 73.85 g; Kw. tł. nasy.: 36.77 g; Węglowodany ogółem: 354.34 g; W tym cukry: 72.46 g; Błonnik pok.: 33.68 g; Sól: 9.94 g;	Wartość energetyczna: 2453.93 kcal; Białko ogółem: 87.36 g; Tłuszcz: 85.24 g; Kw. tł. nasy.: 43.90 g; Węglowodany ogółem: 350.07 g; W tym cukry: 81.07 g; Błonnik pok.: 36.19 g; Sól: 7.62 g;	Wartość energetyczna: 2429.78 kcal; Białko ogółem: 50.18 g; Tłuszcz: 69.13 g; Kw. tł. nasy.: 28.16 g; Węglowodany ogółem: 349.67 g; W tym cukry: 54.36 g; Błonnik pok.: 25.36 g; Sól: 4.11 g;	Wartość energetyczna: 2429.78 kcal; Białko ogółem: 82.16 g; Tłuszcz: 85.32 g; Kw. tł. nasy.: 42.70 g; Węglowodany ogółem: 349.67 g; W tym cukry: 86.63 g; Błonnik pok.: 36.47 g; Sól: 9.69 g;	Wartość energetyczna: 2760.28 kcal; Białko ogółem: 103.52 g; Tłuszcz: 93.60 g; Kw. tł. nasy.: 45.39 g; Węglowodany ogółem: 393.78 g; W tym cukry: 85.49 g; Błonnik pok.: 39.88 g; Sól: 11.81 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Latwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Latwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.latwo przys.węgl/Latwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Paszet Ciechanowski-Paszet drobiowy z dodatkiem surowców wierzpierzowych 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 mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rodz.wedz.parzo.z dodat.wody w osl.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 mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rodz.wedz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rodz.wedz.parzo.z dodat.wody w osl.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.rodz.wedz.parzo.z dodat.wody w osl.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 mieszaný pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rodz.wedz.parzo.z dodat.wody w osl.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 mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek 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.rodz.wedz.parzo.z dodat.wody w osl.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 mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Paszet Ciechanowski-Paszet drobiowy z dodatkiem surowców wierzpierzowych 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 mieszaný pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Paszet Ciechanowski-Paszet drobiowy z dodatkiem surowców wierzpierzowych 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 SN	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.) Surowka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 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.) Dymna 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 (zmielona) 100 g Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Dymna duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - solferino ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Surowka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 100 g Dymna 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.) Dymna duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Surowka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 100 g Dymna duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SEL.) Makaron z warzywami i serem żółtym* 350 g (GLU PSZ, MLE.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Surowka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino (bez glutenu) ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Makaron bezglutenowy 200 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (MLE.) Dymna 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, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Dymna duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD	Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (GLUPSZ, MLE.)									
Kolacja	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wedzona, 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 mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wedzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Szynka Piastowska- wp., wedzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wedzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL, 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- wp., wedzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wedzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka pszemno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wedzona, 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 mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wedzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Bułka pszemno-żytnia 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wedzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	
	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 mieszaný 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	Rogal maślany 50g, 1 szt (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 mieszaný 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)
	Wartość energetyczna: 2682.12 kcal; Białko ogółem: 123.78 g; Tłuszcz: 90.03 g; Kw. tł. nasy.: 41.41 g; Węglowodany ogółem: 350.18 g; W tym cukry: 64.84 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 9.16 g;	Wartość energetyczna: 2636.00 kcal; Białko ogółem: 117.58 g; Tłuszcz: 80.25 g; Kw. tł. nasy.: 39.03 g; Węglowodany ogółem: 366.13 g; W tym cukry: 72.84 g; Błonnik pok.: 21.16 g; Sól: 7.86 g;	Wartość energetyczna: 2675.88 kcal; Białko ogółem: 117.33 g; Tłuszcz: 80.20 g; Kw. tł. nasy.: 39.02 g; Węglowodany ogółem: 374.94 g; W tym cukry: 72.60 g; Błonnik pok.: 22.18 g; Sól: 8.79 g;	Wartość energetyczna: 2904.66 kcal; Białko ogółem: 125.64 g; Tłuszcz: 79.89 g; Kw. tł. nasy.: 38.57 g; Węglowodany ogółem: 226.61 g; W tym cukry: 108.41 g; Błonnik pok.: 21.92 g; Sól: 4.40 g;	Wartość energetyczna: 2479.59 kcal; Białko ogółem: 127.15 g; Tłuszcz: 122.77 g; Kw. tł. nasy.: 32.16 g; Węglowodany ogółem: 293.62 g; W tym cukry: 59.98 g; Błonnik pok.: 32.55 g; Sól: 9.77 g;	Wartość energetyczna: 2348.00 kcal; Białko ogółem: 121.99 g; Tłuszcz: 79.98 g; Kw. tł. nasy.: 40.50 g; Węglowodany ogółem: 293.62 g; W tym cukry: 65.23 g; Błonnik pok.: 24.61 g; Sól: 10.09 g;	Wartość energetyczna: 2512.19 kcal; Białko ogółem: 115.74 g; Tłuszcz: 78.34 g; Kw. tł. nasy.: 40.47 g; Węglowodany ogółem: 341.83 g; W tym cukry: 65.81 g; Błonnik pok.: 24.61 g; Sól: 10.09 g;	Wartość energetyczna: 2686.51 kcal; Białko ogółem: 88.53 g; Tłuszcz: 102.12 g; Kw. tł. nasy.: 52.26 g; Węglowodany ogółem: 258.25 g; W tym cukry: 65.81 g; Błonnik pok.: 23.82 g; Sól: 6.51 g;	Wartość energetyczna: 1967.56 kcal; Białko ogółem: 73.69 g; Tłuszcz: 71.71 g; Kw. tł. nasy.: 31.96 g; Węglowodany ogółem: 258.25 g; W tym cukry: 47.42 g; Błonnik pok.: 15.30 g; Sól: 4.57 g;	Wartość energetyczna: 2773.38 kcal; Białko ogółem: 121.28 g; Tłuszcz: 87.82 g; Kw. tł. nasy.: 41.29 g; Węglowodany ogółem: 377.79 g; W tym cukry: 72.88 g; Błonnik pok.: 22.46 g; Sól: 8.48 g;	Wartość energetyczna: 2919.43 kcal; Białko ogółem: 134.20 g; Tłuszcz: 93.25 g; Kw. tł. nasy.: 46.77 g; Węglowodany ogółem: 391.75 g; W tym cukry: 83.47 g; Błonnik pok.: 25.66 g; Sól: 10.19 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Latwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Latwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.latwo przys.węgl/Latwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Vegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
2024-05-01 środa	Sniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb Graham 70 g (GLU, PSZ, SEL.) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, SEL.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Jabłko 150 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, SEL.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Salata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, SEL.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU, OW.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, SEL.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Tofu 50 g (SOJ.) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, SEL.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml
		II ŚN					Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko pieczone 150 g
2024-05-01 środa	Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami ( ) 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Kotlet mielony drobiowy 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Buraczki podprawiane -drobno tarte ( ) 200 g (GLU, PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysiówka ( ) 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte ( ) 200 g (GLU, PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - grysiówka ( ) RYD 700 g (GLU, PSZ, JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami ( ) 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) ( ) 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Salatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami ( ) 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) ( ) 200 g (GLU, PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami ( ) 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Zapiekanka z ziemniaków i warzyw ( ) 350 g (JAJ, MLE, PSZ, SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 100 g (JAJ, PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte ( ) (bez glutenu) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysiówka ( ) 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte ( ) 200 g (GLU, PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			
		PD					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE.)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE.)
2024-05-01 środa	Kolejacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, SEL.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynekowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, SEL.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynekowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynekowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Ryżowa ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynekowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Ryżowa ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płynna odżywcza - ryżowa ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynekowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynekowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Twarożek 100 g (MLE, PSZ, SEL.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Salata lodowa 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynekowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, SEL.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynekowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynekowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
		PN	Pieczony chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 2 szt (MLE.)		Mleko UHT 200ml. 3,5% tł 1 Por (MLE.)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU, ZYT.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU, ZYT.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.)	Pieczony chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 2 szt (MLE.)	Wafle ryżowe 20 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 2 szt (MLE.)	Pieczony chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 2 szt (MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU, ZYT.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.)
	Wartość energetyczna: 3001,16 kcal; Białko ogółem: 114,67 g; Tłuszcz: 110,03 g; Kw. tł. nasy.: 52,55 g; Węglowodany ogółem: 403,91 g; W tym cukry: 83,84 g; Błonnik pok.: 33,80 g; Sól: 8,78 g;	Wartość energetyczna: 2425,88 kcal; Białko ogółem: 99,33 g; Tłuszcz: 72,21 g; Kw. tł. nasy.: 40,80 g; Węglowodany ogółem: 355,89 g; W tym cukry: 82,98 g; Błonnik pok.: 25,72 g; Sól: 7,65 g;	Wartość energetyczna: 2420,66 kcal; Białko ogółem: 101,39 g; Tłuszcz: 71,73 g; Kw. tł. nasy.: 40,77 g; Węglowodany ogółem: 351,01 g; W tym cukry: 70,62 g; Błonnik pok.: 26,05 g; Sól: 8,59 g;	Wartość energetyczna: 2519,73 kcal; Białko ogółem: 109,58 g; Tłuszcz: 69,47 g; Kw. tł. nasy.: 36,71 g; Węglowodany ogółem: 374,13 g; W tym cukry: 82,31 g; Błonnik pok.: 26,83 g; Sól: 8,11 g;	Wartość energetyczna: 2596,91 kcal; Białko ogółem: 105,31 g; Tłuszcz: 87,58 g; Kw. tł. nasy.: 32,85 g; Węglowodany ogółem: 332,34 g; W tym cukry: 62,39 g; Błonnik pok.: 36,61 g; Sól: 9,75 g;	Wartość energetyczna: 2461,85 kcal; Białko ogółem: 105,31 g; Tłuszcz: 87,58 g; Kw. tł. nasy.: 32,85 g; Węglowodany ogółem: 332,34 g; W tym cukry: 62,39 g; Błonnik pok.: 36,61 g; Sól: 9,75 g;	Wartość energetyczna: 2263,52 kcal; Białko ogółem: 92,77 g; Tłuszcz: 63,30 g; Kw. tł. nasy.: 35,90 g; Węglowodany ogółem: 340,98 g; W tym cukry: 66,11 g; Błonnik pok.: 29,36 g; Sól: 9,48 g;	Wartość energetyczna: 2610,57 kcal; Białko ogółem: 98,60 g; Tłuszcz: 92,28 g; Kw. tł. nasy.: 49,49 g; Węglowodany ogółem: 362,33 g; W tym cukry: 95,00 g; Błonnik pok.: 34,37 g; Sól: 5,78 g;	Wartość energetyczna: 2014,77 kcal; Białko ogółem: 69,37 g; Tłuszcz: 68,16 g; Kw. tł. nasy.: 40,77 g; Węglowodany ogółem: 286,45 g; W tym cukry: 58,46 g; Błonnik pok.: 18,45 g; Sól: 4,29 g;	Wartość energetyczna: 2420,66 kcal; Białko ogółem: 101,39 g; Tłuszcz: 71,73 g; Kw. tł. nasy.: 40,77 g; Węglowodany ogółem: 351,01 g; W tym cukry: 70,62 g; Błonnik pok.: 26,05 g; Sól: 8,59 g;	Wartość energetyczna: 2557,73 kcal; Białko ogółem: 107,69 g; Tłuszcz: 72,18 g; Kw. tł. nasy.: 40,26 g; Węglowodany ogółem: 380,57 g; W tym cukry: 84,73 g; Błonnik pok.: 31,48 g; Sól: 9,86 g;	



Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Latwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Latwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Vegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Sniadanie	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.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Zacierka na mleku 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Zacierka na mleku 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) 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.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) 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 mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Sok marchwiowy 200 ml
II ŚN						Podpiłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Jabłko pieczone 150 g				Podpiłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Risotto z mięsem wieprz i warzywami( ) 350 g (SEL.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Surowka z selera i jabłka z olejem ( ) 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprz i warzywami( ) 350 g (SEL.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Płynna odżywcza - ziemniaczana ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Risotto z mięsem wieprz i warzywami( ) 350 g (SEL.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Surowka z selera i jabłka z olejem ( ) b/c 100 g (SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprz i warzywami( ) 350 g (SEL.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Risotto wegetariańskie z tofu( ) 350 g (SOJ, SEL.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Surowka z selera i jabłka z olejem ( ) 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprz i warzywami( ) 350 g (SEL.) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Risotto z mięsem wieprz i warzywami( ) 350 g (SEL.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
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 wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Salatka jarzynowa z olejem ( ) 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salatka jarzynowa z olejem ( ) 100 g (SEL.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Jarzynowa z makaronem, dieła ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salatka jarzynowa z olejem ( ) 100 g (SEL.)	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem ( ) RYD 700 g (GLUPSZ, JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Salatka jarzynowa z olejem ( ) 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Salatka jarzynowa z olejem ( ) 100 g (SEL.)	Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Risotto wegetariańskie z tofu( ) 350 g (SOJ, SEL.) Hummus 100 g ( ) Salatka jarzynowa z olejem ( ) 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Salatka jarzynowa z olejem ( ) 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	
PN	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Podpiłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.)	Podpiłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.)	Wafle ryżowe 20 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.)	Podpiłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.)	
	Wartość energetyczna: 2778.38 kcal; Białko ogółem: 111.02 g; Tłuszcz: 94.34 g; Kw. tł. nasy.: 43.52 g; Węglowodany ogółem: 389.74 g; W tym cukry: 71.79 g; Błonnik pok.: 40.04 g; Sól: 8.44 g;	Wartość energetyczna: 2736.84 kcal; Białko ogółem: 108.07 g; Tłuszcz: 97.47 g; Kw. tł. nasy.: 42.86 g; Węglowodany ogółem: 368.93 g; W tym cukry: 68.78 g; Błonnik pok.: 26.91 g; Sól: 6.81 g;	Wartość energetyczna: 2764.44 kcal; Białko ogółem: 107.66 g; Tłuszcz: 97.14 g; Kw. tł. nasy.: 42.75 g; Węglowodany ogółem: 375.17 g; W tym cukry: 76.14 g; Błonnik pok.: 27.26 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 2793.14 kcal; Białko ogółem: 112.92 g; Tłuszcz: 90.33 g; Kw. tł. nasy.: 38.14 g; Węglowodany ogółem: 392.55 g; W tym cukry: 79.42 g; Błonnik pok.: 31.45 g; Sól: 6.40 g;	Wartość energetyczna: 2490.34 kcal; Białko ogółem: 128.22 g; Tłuszcz: 117.06 g; Kw. tł. nasy.: 28.07 g; Węglowodany ogółem: 239.64 g; W tym cukry: 96.10 g; Błonnik pok.: 23.47 g; Sól: 4.19 g;	Wartość energetyczna: 2335.58 kcal; Białko ogółem: 98.23 g; Tłuszcz: 88.77 g; Kw. tł. nasy.: 40.31 g; Węglowodany ogółem: 303.19 g; W tym cukry: 31.43 g; Błonnik pok.: 37.27 g; Sól: 8.14 g;	Wartość energetyczna: 2456.41 kcal; Białko ogółem: 91.37 g; Tłuszcz: 89.47 g; Kw. tł. nasy.: 39.68 g; Węglowodany ogółem: 333.80 g; W tym cukry: 56.09 g; Błonnik pok.: 31.61 g; Sól: 7.74 g;	Wartość energetyczna: 2947.67 kcal; Białko ogółem: 2251.67 kcal; Białko ogółem: 96.17 g; Tłuszcz: 116.00 g; Kw. tł. nasy.: 42.83 g; Węglowodany ogółem: 294.08 g; W tym cukry: 72.93 g; Błonnik pok.: 38.40 g; Sól: 9.20 g;	Wartość energetyczna: 2251.67 kcal; Białko ogółem: 71.25 g; Tłuszcz: 90.89 g; Kw. tł. nasy.: 35.79 g; Węglowodany ogółem: 294.08 g; W tym cukry: 44.05 g; Błonnik pok.: 21.16 g; Sól: 3.50 g;	Wartość energetyczna: 2700.06 kcal; Białko ogółem: 96.05 g; Tłuszcz: 101.18 g; Kw. tł. nasy.: 48.54 g; Węglowodany ogółem: 358.57 g; W tym cukry: 70.77 g; Błonnik pok.: 25.75 g; Sól: 7.64 g;	Wartość energetyczna: 2715.03 kcal; Białko ogółem: 97.84 g; Tłuszcz: 101.56 g; Kw. tł. nasy.: 49.61 g; Węglowodany ogółem: 360.50 g; W tym cukry: 52.62 g; Błonnik pok.: 28.14 g; Sól: 8.90 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Vegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ,) Chleb Graham 70 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ,) Dżem brzoskwinowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ,) Jabłko 150 g Twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE</b> ,)	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ,) Dżem brzoskwinowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ,) Jabłko 150 g Twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE</b> ,)	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ,) Dżem brzoskwinowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ,) Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE</b> ,)	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ,) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ,) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ,)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ,) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ,)	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ,) Ser żółty 50 g ( <b>MLE</b> ,) Sałatazielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ,) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ,) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g ( <b>MLE</b> ,) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ,) Jabłko pieczone 150 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ,) Dżem brzoskwinowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ,) Jabłko 150 g Twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE</b> ,)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ,) Dżem brzoskwinowy 60 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko 150 g Twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE</b> ,)	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ,) Dżem brzoskwinowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ,) Jabłko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE</b> ,)	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ,) Ser żółty 50 g ( <b>MLE</b> ,) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ,) Jabłko pieczone 150 g
II ŚN						Jabłko 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ,)				Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ,)
Obiad	Dyniowa z makaronem () 400 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL</b> ,) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB</b> ,) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ,) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB</b> ,) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL</b> ,) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB</b> ,) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - dyniowa z makaronem () RYD 700 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, SEL</b> ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL</b> ,) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB</b> ,) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL</b> ,) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB</b> ,) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL</b> ,) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB</b> ,) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL</b> ,) Ziemniaki gotowane (bez glutenu) () 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ,) Kwik gryczany z cebulką i twarogiem 350 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ,) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ,) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB</b> ,) Szpinak gotowany z olejem (bez glutenu)* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ,) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB</b> ,) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml ( <b>MLE</b> ,)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml ( <b>MLE</b> ,)
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ,) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ,) Pomidor 80 g Sałatazielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Salatazielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ,) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ,) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Salatazielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ</b> ,) Ryżowa () 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ</b> ,) Ryżowa () 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200ml	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g ( <b>JAJ, SEL</b> ,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ,) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ,) Pomidor 80 g Sałatazielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ</b> ,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200ml	Salatazielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ,) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ,) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Salatazielona 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ,) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ,) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ,) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ,) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ,) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200ml
PN		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <b>MLE</b> ,)				Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ,) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <b>MLE</b> ,)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <b>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT</b> ,) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <b>MLE</b> ,)		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <b>MLE</b> ,)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <b>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT</b> ,) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <b>MLE</b> ,)
	Wartość energetyczna: 2707,95 kcal; Białko ogółem: 110,75 g; Tłuszcz: 90,84 g; Kw. tł. nasy.: 40,43 g; Węglowodany ogółem: 374,96 g; W tym cukry: 92,72 g; Błonnik pok.: 31,26 g; Sól: 6,30 g;	Wartość energetyczna: 2493,74 kcal; Białko ogółem: 108,38 g; Tłuszcz: 80,16 g; Kw. tł. nasy.: 39,52 g; Węglowodany ogółem: 345,13 g; W tym cukry: 79,91 g; Błonnik pok.: 24,98 g; Sól: 6,26 g;	Wartość energetyczna: 2472,04 kcal; Białko ogółem: 110,26 g; Tłuszcz: 75,85 g; Kw. tł. nasy.: 36,68 g; Węglowodany ogółem: 348,83 g; W tym cukry: 81,34 g; Błonnik pok.: 26,14 g; Sól: 8,39 g;	Wartość energetyczna: 2630,98 kcal; Białko ogółem: 111,69 g; Tłuszcz: 75,45 g; Kw. tł. nasy.: 36,28 g; Węglowodany ogółem: 389,04 g; W tym cukry: 84,94 g; Błonnik pok.: 27,08 g; Sól: 8,29 g;	Wartość energetyczna: 2602,65 kcal; Białko ogółem: 131,00 g; Tłuszcz: 124,44 g; Kw. tł. nasy.: 32,73 g; Węglowodany ogółem: 249,78 g; W tym cukry: 108,95 g; Błonnik pok.: 23,58 g; Sól: 5,19 g;	Wartość energetyczna: 2382,80 kcal; Białko ogółem: 113,79 g; Tłuszcz: 90,06 g; Kw. tł. nasy.: 47,25 g; Węglowodany ogółem: 295,68 g; W tym cukry: 68,11 g; Błonnik pok.: 32,69 g; Sól: 6,94 g;	Wartość energetyczna: 2408,20 kcal; Białko ogółem: 98,20 g; Tłuszcz: 98,33 g; Kw. tł. nasy.: 37,63 g; Węglowodany ogółem: 323,00 g; W tym cukry: 69,49 g; Błonnik pok.: 25,10 g; Sól: 8,26 g;	Wartość energetyczna: 2750,02 kcal; Białko ogółem: 98,20 g; Tłuszcz: 98,33 g; Kw. tł. nasy.: 42,27 g; Węglowodany ogółem: 380,09 g; W tym cukry: 96,44 g; Błonnik pok.: 30,93 g; Sól: 5,48 g;	Wartość energetyczna: 2041,43 kcal; Białko ogółem: 106,68 g; Tłuszcz: 74,05 g; Kw. tł. nasy.: 32,28 g; Węglowodany ogółem: 275,75 g; W tym cukry: 53,12 g; Błonnik pok.: 16,61 g; Sól: 2,46 g;	Wartość energetyczna: 2489,42 kcal; Białko ogółem: 136,03 g; Tłuszcz: 79,34 g; Kw. tł. nasy.: 38,17 g; Węglowodany ogółem: 348,03 g; W tym cukry: 80,81 g; Błonnik pok.: 25,76 g; Sól: 7,21 g;	Wartość energetyczna: 2844,66 kcal; Białko ogółem: 136,03 g; Tłuszcz: 102,29 g; Kw. tł. nasy.: 51,47 g; Węglowodany ogółem: 358,02 g; W tym cukry: 81,01 g; Błonnik pok.: 28,19 g; Sól: 9,75 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Latwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Latwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Latwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Vegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
2024-05-04 sobota	Śniadanie	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.) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane,wędz,parz w osłonce niejadalnej) 140g (GLU PSZ, GLU ZYT.) 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.) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonej kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50g (GLU PSZ, GLU ZYT.) 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.) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonej kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonej kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonej kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonej kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	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.) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonej kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50g (GLU PSZ, GLU ZYT.) 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.) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkami surowców wiewprzowych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkami surowców wiewprzowych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE.)										Jabłko pieczone 150 g
2024-05-04 sobota	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200g (GLU JECZ.) Bitka wołowa 100 g (GLU PSZ.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU PSZ.) Bitka wołowa 100 g (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200g (GLU JECZ.) Bitka wołowa -zmielona 100g (GLU PSZ, SEL.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem () 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.) Bitka wołowa 100 g (GLU PSZ.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200g (GLU JECZ.) Bitka wołowa 100 g (GLU PSZ.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna z kaszotto jęczmiennie z warzywami i soczewicą vegetariańskie () 350 g (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Bitka wołowa (bez glutenu) 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU PSZ, SEL.) Bitka wołowa 100 g (GLU PSZ, SEL.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU PSZ, SEL.) Bitka wołowa 100 g (GLU PSZ, SEL.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml										Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
2024-05-04 sobota	Kolejnia	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) 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 Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 80 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU 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 Grynsikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (SEL.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynekowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Grynsikowa () 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 - grynsikowa () 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 bezglutenowy 100 g 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 () 80 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU 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 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.)
		Mus owocowo-warzynny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt						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.)	Mus owocowo-warzynny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)
2024-05-04 sobota	PN	Wartość energetyczna: 2890,40 kcal; Białko ogółem: 120,01 g; Tłuszcz: 107,66 g; Kw. tł. nasy.: 43,17 g; Węglowodany ogółem: 375,16 g; W tym cukry: 67,36 g; Błonnik pok.: 36,29 g; Sol: 10,67 g;	Wartość energetyczna: 2529,28 kcal; Białko ogółem: 101,69 g; Tłuszcz: 85,76 g; Kw. tł. nasy.: 35,98 g; Węglowodany ogółem: 368,41 g; W tym cukry: 70,11 g; Błonnik pok.: 32,46 g; Sol: 8,35 g;	Wartość energetyczna: 2607,87 kcal; Białko ogółem: 100,84 g; Tłuszcz: 87,00 g; Kw. tł. nasy.: 36,04 g; Węglowodany ogółem: 368,41 g; W tym cukry: 86,98 g; Błonnik pok.: 31,68 g; Sol: 8,43 g;	Wartość energetyczna: 2637,71 kcal; Białko ogółem: 107,85 g; Tłuszcz: 75,44 g; Kw. tł. nasy.: 34,60 g; Węglowodany ogółem: 244,38 g; W tym cukry: 95,88 g; Błonnik pok.: 32,83 g; Sol: 8,18 g;	Wartość energetyczna: 2469,52 kcal; Białko ogółem: 122,34 g; Tłuszcz: 116,04 g; Kw. tł. nasy.: 27,80 g; Węglowodany ogółem: 395,95 g; W tym cukry: 97,42 g; Błonnik pok.: 25,22 g; Sol: 4,31 g;	Wartość energetyczna: 2428,74 kcal; Białko ogółem: 115,19 g; Tłuszcz: 85,08 g; Kw. tł. nasy.: 37,11 g; Węglowodany ogółem: 317,67 g; W tym cukry: 61,02 g; Błonnik pok.: 37,15 g; Sol: 9,91 g;	Wartość energetyczna: 2533,74 kcal; Białko ogółem: 104,49 g; Tłuszcz: 87,27 g; Kw. tł. nasy.: 37,37 g; Węglowodany ogółem: 344,60 g; W tym cukry: 69,23 g; Błonnik pok.: 34,57 g; Sol: 9,75 g;	Wartość energetyczna: 2499,28 kcal; Białko ogółem: 85,76 g; Tłuszcz: 82,89 g; Kw. tł. nasy.: 33,09 g; Węglowodany ogółem: 282,27 g; W tym cukry: 71,43 g; Błonnik pok.: 39,02 g; Sol: 5,23 g;	Wartość energetyczna: 2106,18 kcal; Białko ogółem: 68,18 g; Tłuszcz: 81,32 g; Kw. tł. nasy.: 36,82 g; Węglowodany ogółem: 374,05 g; W tym cukry: 44,84 g; Błonnik pok.: 23,37 g; Sol: 4,66 g;	Wartość energetyczna: 2659,39 kcal; Białko ogółem: 109,52 g; Tłuszcz: 86,19 g; Kw. tł. nasy.: 36,82 g; Węglowodany ogółem: 374,05 g; W tym cukry: 93,09 g; Błonnik pok.: 32,30 g; Sol: 7,06 g;	Wartość energetyczna: 2857,28 kcal; Białko ogółem: 120,50 g; Tłuszcz: 89,97 g; Kw. tł. nasy.: 39,85 g; Węglowodany ogółem: 405,63 g; W tym cukry: 98,09 g; Błonnik pok.: 38,99 g; Sol: 8,58 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Latwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Latwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Vegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Chleb Graham 70 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Salami kiełbasa wędzona 50g wędzona, dojrzewająca, wędzona. 50 g ( <b>SOJ, SEL, GOR</b> ) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynka sołtysa wędzona, parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynka sołtysa wędzona, parzona 50 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Mus z jabłek () b/c 100 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynka sołtysa wędzona, parzona 50 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <b>MLE, GLU OW</b> ) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynka sołtysa wędzona, parzona 50 g Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynka sołtysa wędzona, parzona 50 g Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynka sołtysa wędzona, parzona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynka sołtysa wędzona, parzona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Mus z jabłek () b/c 100 g
II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml										Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Surówka wielowarzynna z olejem () 200 g ( <b>SEL</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) 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 ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z warzywami () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () 700 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzynna z olejem b/c () 100 g ( <b>SEL</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z warzywami () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) 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 ( <b>SEL</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )										Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE</b> ) Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g ( <b>JAJ, SEL</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Ser topiony 50 g ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Ser topiony 50 g ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
PN	Mus owocowo-warzynny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Mus owocowo-warzynny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <b>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT</b> ) Mus owocowo-warzynny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
	Wartość energetyczna: 2352,57 kcal; Białko ogółem: 106,85 g; Tłuszcz: 93,82 g; Kw. tł. nasy.: 42,07 g; Węglowodany ogółem: 281,74 g; W tym cukry: 52,74 g; Błonnik pok.: 26,75 g; Sól: 7,45 g;	Wartość energetyczna: 2119,93 kcal; Białko ogółem: 85,80 g; Tłuszcz: 58,45 g; Kw. tł. nasy.: 36,70 g; Węglowodany ogółem: 264,52 g; W tym cukry: 42,18 g; Błonnik pok.: 22,68 g; Sól: 6,69 g;	Wartość energetyczna: 2009,28 kcal; Białko ogółem: 85,80 g; Tłuszcz: 69,78 g; Kw. tł. nasy.: 31,96 g; Węglowodany ogółem: 296,06 g; W tym cukry: 46,71 g; Błonnik pok.: 28,14 g; Sól: 7,39 g;	Wartość energetyczna: 2456,37 kcal; Białko ogółem: 113,74 g; Tłuszcz: 69,78 g; Kw. tł. nasy.: 36,91 g; Węglowodany ogółem: 356,95 g; W tym cukry: 67,38 g; Błonnik pok.: 32,03 g; Sól: 7,54 g;	Wartość energetyczna: 2524,75 kcal; Białko ogółem: 126,63 g; Tłuszcz: 119,84 g; Kw. tł. nasy.: 28,52 g; Węglowodany ogółem: 244,52 g; W tym cukry: 96,12 g; Błonnik pok.: 23,54 g; Sól: 4,16 g;	Wartość energetyczna: 2297,67 kcal; Białko ogółem: 120,24 g; Tłuszcz: 82,51 g; Kw. tł. nasy.: 39,81 g; Węglowodany ogółem: 282,36 g; W tym cukry: 52,01 g; Błonnik pok.: 31,72 g; Sól: 7,51 g;	Wartość energetyczna: 2195,75 kcal; Białko ogółem: 93,94 g; Tłuszcz: 61,83 g; Kw. tł. nasy.: 34,82 g; Węglowodany ogółem: 327,91 g; W tym cukry: 51,85 g; Błonnik pok.: 30,55 g; Sól: 8,94 g;	Wartość energetyczna: 2111,60 kcal; Białko ogółem: 84,97 g; Tłuszcz: 70,55 g; Kw. tł. nasy.: 39,24 g; Węglowodany ogółem: 287,81 g; W tym cukry: 52,37 g; Błonnik pok.: 31,21 g; Sól: 6,52 g;	Wartość energetyczna: 1965,89 kcal; Białko ogółem: 84,97 g; Tłuszcz: 76,09 g; Kw. tł. nasy.: 33,63 g; Węglowodany ogółem: 239,26 g; W tym cukry: 33,52 g; Błonnik pok.: 17,22 g; Sól: 3,59 g;	Wartość energetyczna: 2209,82 kcal; Białko ogółem: 95,42 g; Tłuszcz: 84,26 g; Kw. tł. nasy.: 42,62 g; Węglowodany ogółem: 276,97 g; W tym cukry: 39,10 g; Błonnik pok.: 24,34 g; Sól: 8,46 g;	Wartość energetyczna: 2431,79 kcal; Białko ogółem: 112,27 g; Tłuszcz: 89,91 g; Kw. tł. nasy.: 43,69 g; Węglowodany ogółem: 304,01 g; W tym cukry: 37,94 g; Błonnik pok.: 26,76 g; Sól: 9,81 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Latwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Latwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Vegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
2024-05-06 poniedziałek	<b>Śniadanie</b> Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb Graham 70 g (GLU PSZ), Kasza pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Ogórek kiszony 90 g, Rukola 10 g, Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.),	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Sałata zielona 20 g, Pomidor 80 g, Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.),	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.), Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.), Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE), Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Rukola 10 g, Ogórek kiszony 90 g, Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.), Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.), Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.), Ogórek kiszony 90 g, Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.), Rukola 10 g	Chleb bezglutenowy 100 g, Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.), Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.), Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.), Sok marchwiowy 200 ml
	Kisiel o smaku malinowym b/c 200 ml											
	<b>Obiad</b> Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ryż na sypko (brązowy) 200 g, Mus z jabłek ( )z/c 80 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml ( GLU PSZ, MLE, SEL.), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek ( )z/c 80 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - barszcz czerwony z ziemniakami ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ryż na sypko (brązowy) 200 g, Mus z jabłek ( ) b/c 80 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek ( )z/c 80 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek ( )z/c 80 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (MLE, SEL.), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek ( )z/c 80 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek ( )z/c 80 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek ( )z/c 80 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml ( MLE.)											
	<b>Kolacja</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Ser żółty 50 g (MLE), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Serek homo. naturalny 100 g (MLE), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Serek homo. naturalny 100 g (MLE), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Serek homo. naturalny 100 g (MLE), Jarczynowa z makaronem dieta ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarczynowa z makaronem ( ) RYD 700 g (GLUPSZ, JAJ, SEL.), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Ser żółty 50 g (MLE), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Serek homo. naturalny 100 g (MLE), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml, Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Ser żółty 50 g (MLE), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g, Masło 83% tł. 20 g (MLE), Serek homo. naturalny 100 g (MLE), Pomidor 80 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Ser żółty 50 g (MLE), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Ser żółty 50 g (MLE), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml, Sok pomidorowy 200 ml	
	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g, Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( 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), Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE),	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.), Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE),	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g, Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE),	Wafle ryżowe 20 g, Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE),	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g, Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE),	Wafle ryżowe 20 g, Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE),	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g, Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE),	Wafle ryżowe 20 g, Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE),	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g, Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE),	Wafle ryżowe 20 g, Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE),	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.), Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE),	
	Wartość energetyczna: 2413.13 kcal; Białko ogółem: 83.04 g; Tłuszcz: 79.79 g; Kw. tł. nasy.: 46.95 g; Węglowodany ogółem: 348.82 g; W tym cukry: 63.96 g; Błonnik pok.: 25.68 g; Sól: 8.72 g;	Wartość energetyczna: 2289.65 kcal; Białko ogółem: 80.69 g; Tłuszcz: 65.88 g; Kw. tł. nasy.: 36.64 g; Węglowodany ogółem: 351.33 g; W tym cukry: 65.87 g; Błonnik pok.: 19.13 g; Sól: 6.11 g;	Wartość energetyczna: 2336.01 kcal; Białko ogółem: 81.38 g; Tłuszcz: 65.84 g; Kw. tł. nasy.: 36.62 g; Węglowodany ogółem: 360.84 g; W tym cukry: 75.66 g; Błonnik pok.: 20.29 g; Sól: 7.28 g;	Wartość energetyczna: 2443.85 kcal; Białko ogółem: 91.37 g; Tłuszcz: 66.74 g; Kw. tł. nasy.: 36.98 g; Węglowodany ogółem: 377.47 g; W tym cukry: 88.34 g; Błonnik pok.: 21.51 g; Sól: 6.96 g;	Wartość energetyczna: 2571.78 kcal; Białko ogółem: 131.17 g; Tłuszcz: 123.23 g; Kw. tł. nasy.: 32.27 g; Węglowodany ogółem: 244.35 g; W tym cukry: 110.22 g; Błonnik pok.: 21.98 g; Sól: 4.46 g;	Wartość energetyczna: 2092.98 kcal; Białko ogółem: 79.62 g; Tłuszcz: 77.50 g; Kw. tł. nasy.: 46.18 g; Węglowodany ogółem: 280.94 g; W tym cukry: 35.74 g; Błonnik pok.: 30.48 g; Sól: 8.80 g;	Wartość energetyczna: 2112.61 kcal; Białko ogółem: 75.00 g; Tłuszcz: 63.34 g; Kw. tł. nasy.: 36.03 g; Węglowodany ogółem: 318.31 g; W tym cukry: 46.97 g; Błonnik pok.: 21.91 g; Sól: 8.33 g;	Wartość energetyczna: 2397.37 kcal; Białko ogółem: 76.66 g; Tłuszcz: 81.72 g; Kw. tł. nasy.: 47.65 g; Węglowodany ogółem: 347.21 g; W tym cukry: 62.85 g; Błonnik pok.: 18.30 g; Sól: 7.60 g;	Wartość energetyczna: 1866.52 kcal; Białko ogółem: 47.72 g; Tłuszcz: 60.79 g; Kw. tł. nasy.: 29.72 g; Węglowodany ogółem: 285.62 g; W tym cukry: 41.23 g; Błonnik pok.: 13.75 g; Sól: 2.37 g;	Wartość energetyczna: 2478.40 kcal; Białko ogółem: 77.69 g; Tłuszcz: 76.71 g; Kw. tł. nasy.: 45.74 g; Węglowodany ogółem: 377.70 g; W tym cukry: 74.91 g; Błonnik pok.: 22.25 g; Sól: 8.16 g;	Wartość energetyczna: 2476.14 kcal; Białko ogółem: 84.29 g; Tłuszcz: 81.03 g; Kw. tł. nasy.: 49.15 g; Węglowodany ogółem: 362.21 g; W tym cukry: 59.08 g; Błonnik pok.: 24.64 g; Sól: 9.55 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Latwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Latwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
II SN	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, ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Pierś delikatna z kurzej skórki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Rzodkiew biała 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.</u> )	Płatki jęczmieńne na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU, JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Pierś delikatna z kurzej skórki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.</u> )	Płatki jęczmieńne na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU, JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Pierś delikatna z kurzej skórki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Sok pomidorowy 200ml	Płatki jęczmieńne na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU, JECZ.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.</u> )	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <u>MLE, GLU, JECZ.</u> ) Kawa zbożowa z makiem 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> ) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.</u> ) Pierś delikatna z kurzej skórki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.</u> ) Pierś delikatna z kurzej skórki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Rzodkiew biała 80 g Sok pomidorowy 200ml	Płatki jęczmieńne na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU, JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Tofu 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Rzodkiew biała 80 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.</u> ) Sałata lodowa 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Pierś delikatna z kurzej skórki 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 250ml	Płatki jęczmieńne na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU, JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Pierś delikatna z kurzej skórki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.</u> ) Sok pomidorowy 200ml	Płatki jęczmieńne na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU, JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Pierś delikatna z kurzej skórki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.</u> ) Sok pomidorowy 200ml
		Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )									
Oliad	Jarzynowa z zacierką ( ) 400 ml ( <u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Sos pietruszkowy ( ) 100 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką ( ) 400 ml ( <u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Sos pietruszkowy ( ) 100 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką ( ) 400 ml ( <u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Sos pietruszkowy ( ) 100 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z zacierką ( ) RYD 700 g ( <u>GLU, PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką ( ) 400 ml ( <u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Sos pietruszkowy ( ) 100 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 100 g Surowka wykwinna z olejem b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką ( ) 400 ml ( <u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) 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 makaronem (bez glutenu) ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Surowka wykwinna z olejem b/c 200 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką ( ) 400 ml ( <u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Sos pietruszkowy ( ) 100 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml									
Kolajeja	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> ) 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, ZYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Serek naturalny Bieluch 100 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Rzodkiew biała 80 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	Płynna odżywcza - ryżowa ( ) RYD 700 g ( <u>JAJ, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) 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, ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Serek naturalny Bieluch 100 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 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> ) 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 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, ZYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</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, ZYT.</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 tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt			Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU, PSZ, MLE.</u> ) Sok 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, GLU, ZYT.</u> ) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU, PSZ, MLE, GLU, ZYT.</u> ) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2426.73 kcal; Białko ogółem: 105.67 g; Tłuszcz: 84.05 g; Kw. tł. nasy.: 34.61 g; Węglowodany ogółem: 325.62 g; W tym cukry: 72.07 g; Błonnik pok.: 28.94 g; Sól: 7.05 g;	Wartość energetyczna: 2270.51 kcal; Białko ogółem: 100.99 g; Tłuszcz: 68.18 g; Kw. tł. nasy.: 33.51 g; Węglowodany ogółem: 326.92 g; W tym cukry: 76.78 g; Błonnik pok.: 29.07 g; Sól: 7.45 g;	Wartość energetyczna: 2459.89 kcal; Białko ogółem: 107.49 g; Tłuszcz: 76.63 g; Kw. tł. nasy.: 37.56 g; Węglowodany ogółem: 349.59 g; W tym cukry: 91.09 g; Błonnik pok.: 31.39 g; Sól: 8.20 g;	Wartość energetyczna: 2591.24 kcal; Białko ogółem: 113.37 g; Tłuszcz: 76.26 g; Kw. tł. nasy.: 37.13 g; Węglowodany ogółem: 245.15 g; W tym cukry: 94.68 g; Błonnik pok.: 32.17 g; Sól: 7.92 g;	Wartość energetyczna: 2513.58 kcal; Białko ogółem: 127.28 g; Tłuszcz: 118.07 g; Kw. tł. nasy.: 28.35 g; Węglowodany ogółem: 290.56 g; W tym cukry: 52.44 g; Błonnik pok.: 36.87 g; Sól: 6.98 g;	Wartość energetyczna: 2159.43 kcal; Białko ogółem: 103.74 g; Tłuszcz: 71.73 g; Kw. tł. nasy.: 32.68 g; Węglowodany ogółem: 335.65 g; W tym cukry: 68.59 g; Błonnik pok.: 33.83 g; Sól: 5.92 g;	Wartość energetyczna: 2348.37 kcal; Białko ogółem: 79.17 g; Tłuszcz: 111.01 g; Kw. tł. nasy.: 37.91 g; Węglowodany ogółem: 257.54 g; W tym cukry: 89.45 g; Błonnik pok.: 29.42 g; Sól: 5.92 g;	Wartość energetyczna: 1814.15 kcal; Białko ogółem: 64.92 g; Tłuszcz: 61.65 g; Kw. tł. nasy.: 26.23 g; Węglowodany ogółem: 343.89 g; W tym cukry: 51.44 g; Błonnik pok.: 20.72 g; Sól: 3.64 g;	Wartość energetyczna: 2339.39 kcal; Białko ogółem: 100.84 g; Tłuszcz: 68.73 g; Kw. tł. nasy.: 33.56 g; Węglowodany ogółem: 343.89 g; W tym cukry: 91.09 g; Błonnik pok.: 31.39 g; Sól: 8.38 g;	Wartość energetyczna: 2546.76 kcal; Białko ogółem: 119.42 g; Tłuszcz: 73.86 g; Kw. tł. nasy.: 34.63 g; Węglowodany ogółem: 365.83 g; W tym cukry: 78.93 g; Błonnik pok.: 36.78 g; Sól: 9.73 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Vegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
2024-05-08 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb Graham 70 g (GLU, PSZ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser topiony 50 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU, OW.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser topiony 50 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Ser topiony 50 g (MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN						Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
2024-05-08 środa	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej ( ) 400 ml (GLU, PSZ, SEL, GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana ( ) RYD 700 g (GLU, PSZ, JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa (bez glutenu) 100 g (JAJ.) Sos jarzynowy (bez glutenu) ( ) 100 ml (SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ryz na sypko 200 g Curry warzywne z ciecierzyca (glutenu) 100 g (JAJ.) Sos jarzynowy (bez glutenu) ( ) 100 ml (SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszonej ( ) 400 ml (GLU, PSZ, SEL, GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszonej ( ) 400 ml (GLU, PSZ, SEL, GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE.)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE.)
2024-05-08 środa	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.) Papyrkarz szczeciński 100 g (RYB, SOJ.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. ( ) 100 g (SEL.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Jarzynowa z makaronem ( ) 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. ( ) 100 g (SEL.)	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem ( ) RYD 700 g (GLU, PSZ, JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Papyrkarz szczeciński 100 g (RYB, SOJ.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. ( ) 100 g (SEL.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. ( ) 100 g (SEL.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. ( ) 100 g (SEL.)	
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU, PSZ, MLE.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU, ZYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU, ZYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)
	Wartość energetyczna: 2798,27 kcal; Białko ogółem: 105,13 g; Tłuszcz: 112,50 g; Kw. tł. nasy.: 50,30 g; Węglowodany ogółem: 357,73 g; W tym cukry: 74,53 g; Błonnik pok.: 34,37 g; Sól: 10,68 g;	Wartość energetyczna: 2547,33 kcal; Białko ogółem: 105,94 g; Tłuszcz: 86,12 g; Kw. tł. nasy.: 40,09 g; Węglowodany ogółem: 345,38 g; W tym cukry: 67,99 g; Błonnik pok.: 24,42 g; Sól: 6,98 g;	Wartość energetyczna: 2536,79 kcal; Białko ogółem: 107,28 g; Tłuszcz: 91,48 g; Kw. tł. nasy.: 40,46 g; Węglowodany ogółem: 356,69 g; W tym cukry: 74,23 g; Błonnik pok.: 29,38 g; Sól: 8,43 g;	Wartość energetyczna: 2746,19 kcal; Białko ogółem: 114,22 g; Tłuszcz: 91,31 g; Kw. tł. nasy.: 40,05 g; Węglowodany ogółem: 378,63 g; W tym cukry: 78,50 g; Błonnik pok.: 30,60 g; Sól: 8,16 g;	Wartość energetyczna: 2581,86 kcal; Białko ogółem: 108,54 g; Tłuszcz: 90,92 g; Kw. tł. nasy.: 39,56 g; Węglowodany ogółem: 351,20 g; W tym cukry: 70,77 g; Błonnik pok.: 33,90 g; Sól: 9,03 g;	Wartość energetyczna: 2592,22 kcal; Białko ogółem: 108,54 g; Tłuszcz: 90,92 g; Kw. tł. nasy.: 39,56 g; Węglowodany ogółem: 351,20 g; W tym cukry: 70,77 g; Błonnik pok.: 33,90 g; Sól: 9,03 g;	Wartość energetyczna: 2622,93 kcal; Białko ogółem: 100,87 g; Tłuszcz: 87,00 g; Kw. tł. nasy.: 44,12 g; Węglowodany ogółem: 369,55 g; W tym cukry: 74,81 g; Błonnik pok.: 29,72 g; Sól: 8,09 g;	Wartość energetyczna: 2536,71 kcal; Białko ogółem: 85,04 g; Tłuszcz: 91,17 g; Kw. tł. nasy.: 44,12 g; Węglowodany ogółem: 358,49 g; W tym cukry: 77,77 g; Błonnik pok.: 31,19 g; Sól: 8,09 g;	Wartość energetyczna: 2126,38 kcal; Białko ogółem: 75,33 g; Tłuszcz: 86,07 g; Kw. tł. nasy.: 34,06 g; Węglowodany ogółem: 263,71 g; W tym cukry: 42,41 g; Błonnik pok.: 13,29 g; Sól: 3,17 g;	Wartość energetyczna: 2727,69 kcal; Białko ogółem: 100,62 g; Tłuszcz: 110,65 g; Kw. tł. nasy.: 50,42 g; Węglowodany ogółem: 343,15 g; W tym cukry: 75,28 g; Błonnik pok.: 29,81 g; Sól: 10,16 g;	Wartość energetyczna: 2999,98 kcal; Białko ogółem: 109,13 g; Tłuszcz: 115,05 g; Kw. tł. nasy.: 53,88 g; Węglowodany ogółem: 393,60 g; W tym cukry: 92,47 g; Błonnik pok.: 32,27 g; Sól: 11,69 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Vegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c		
Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU,PSZ,MLE), Chleb Graham 70 g (GLU,PSZ), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU,PSZ,GLU,ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (MLE), Pomidor 90 g, Roszponka 10 g, Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE,GLU,ZYT,GLU,JECZ).	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU,PSZ,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 makiem z/c 250 ml (MLE,GLU,ZYT,GLU,JECZ), Twarożek 100 g (MLE), Pomidor 90 g, Roszponka 10 g	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU,PSZ,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), Twarożek 100 g (MLE), Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE,GLU,ZYT,GLU,JECZ), Sok pomidorowy 200 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU,PSZ,MLE), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU,PSZ), Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE,GLU,ZYT,GLU,JECZ), Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE,GLU,ZYT,GLU,JECZ), Twarożek 100 g (MLE), Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (GLU,PSZ,MLE), Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE,GLU,ZYT,GLU,JECZ)	Chleb Graham 100 g (GLU,PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (MLE,GLU,ZYT,GLU,JECZ), Twarożek 100 g (MLE), Pomidor 90 g, Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU,PSZ,GLU,ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (MLE,GLU,ZYT,GLU,JECZ), Twarożek 100 g (MLE), Sok pomidorowy 200 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU,PSZ,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 makiem z/c 250 ml (MLE,GLU,ZYT,GLU,JECZ), Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (MLE), Pomidor 90 g, Roszponka 10 g	Chleb bezglutenowy 100 g, Masło 83% tł. 20 g (MLE), Twarożek 100 g (MLE), Pomidor 90 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Roszponka 10 g	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU,PSZ,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), Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (MLE), Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE,GLU,ZYT,GLU,JECZ), Sok pomidorowy 200 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU,PSZ,MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU,PSZ,GLU,ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (MLE,GLU,ZYT,GLU,JECZ), Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (MLE), Sok pomidorowy 200 ml		
II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml										Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		
Obiad	Szpinakowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLUPSZ,MLE,SEL), Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU,PSZ), Pieczeń wołowa 100 g, Sos własny ( ) 100 ml (GLU,PSZ,SEL), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLUPSZ,MLE,SEL), Makaron 200 g (GLU,PSZ), Pieczeń wołowa 100 g, Sos własny ( ) 100 ml (GLU,PSZ,SEL), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLUPSZ,MLE,SEL), Makaron 200 g (GLU,PSZ), Pieczeń wołowa 100 g, Sos własny ( ) 100 ml (GLU,PSZ,SEL), Brokuł gotowany* 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLUPSZ,MLE,SEL), Makaron 200 g (GLU,PSZ), Pieczeń wołowa (zmielona) 100 g, Sos własny ( ) 100 ml (GLU,PSZ,SEL), Brokuł gotowany* 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - szpinakowa z ziemniakami ( ) RYD 700 g (JAJ,SEL), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLUPSZ,MLE,SEL), Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU,PSZ), Pieczeń wołowa 100 g, Sos własny ( ) 100 ml (GLU,PSZ,SEL), Brokuł gotowany* 100 g, Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem ( ) 100 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU,PSZ,MLE,SEL), Makaron 200 g (GLU,PSZ), Pieczeń wołowa 100 g, Sos własny ( ) 100 ml (GLU,PSZ,SEL), Brokuł gotowany* 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU,PSZ,MLE,SEL), Frittata z jajkiem 350 g (JAJ,MLE,SEL), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami ( ) 400 ml (MLE,SEL), Makaron bezglutenowy 200 g, Pieczeń wołowa 100 g, Sos własny ( ) 100 ml (GLU,PSZ,SEL), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU,PSZ,MLE,SEL), Makaron 200 g (GLU,PSZ), Pieczeń wołowa 100 g, Sos własny ( ) 100 ml (GLU,PSZ,SEL), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU,PSZ,MLE,SEL), Makaron 200 g (GLU,PSZ), Pieczeń wołowa 100 g, Sos własny ( ) 100 ml (GLU,PSZ,SEL), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
PD	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE)										Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE)		
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU,PSZ,GLU,ZYT), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU,PSZ,GLU,ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Pasztet z fasoli ( ) 70 g (GLU,PSZ,JAJ), Sałata zielona 20 g, Pomidor 80 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU,PSZ,GLU,ZYT), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU,PSZ,GLU,ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Sałata zielona 20 g, Pomidor 80 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU,PSZ,GLU,ZYT), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU,PSZ,GLU,ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Sałata zielona 20 g, Pomidor 80 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU,PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLUPSZ,MLE,SEL), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Płynna odżywcza - ziemniaczana ( ) RYD 700 g (JAJ,SEL), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU,PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Sałata zielona 20 g, Pomidor 80 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU,PSZ,GLU,ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml, Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU,PSZ,GLU,ZYT), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU,PSZ,GLU,ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Tofu 50 g (SOJ), 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 (MLE), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU,PSZ,GLU,ZYT), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU,PSZ,GLU,ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU,PSZ,GLU,ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), 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 (może zawierać: MLE)										Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU,PSZ,MLE), Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (może zawierać: GLUPSZ,MLE,SEZ)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU,PSZ,MLE,GLU,ZYT), 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,SEZ), Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (może zawierać: GLUPSZ,MLE,SEZ)
	Wartość energetyczna: 2657.93 kcal; Białko ogółem: 107.68 g; Tłuszcz: 94.48 g; Kw. tł. nasy.: 46.26 g; Węglowodany ogółem: 346.35 g; W tym cukry: 68.25 g; Błonnik pok.: 27.95 g; Sól: 5.03 g;	Wartość energetyczna: 2419.51 kcal; Białko ogółem: 111.81 g; Tłuszcz: 75.05 g; Kw. tł. nasy.: 36.32 g; Węglowodany ogółem: 326.75 g; W tym cukry: 68.13 g; Błonnik pok.: 16.30 g; Sól: 6.08 g;	Wartość energetyczna: 2463.13 kcal; Białko ogółem: 111.58 g; Tłuszcz: 74.72 g; Kw. tł. nasy.: 36.56 g; Węglowodany ogółem: 344.79 g; W tym cukry: 72.29 g; Błonnik pok.: 23.49 g; Sól: 7.39 g;	Wartość energetyczna: 2691.91 kcal; Białko ogółem: 119.89 g; Tłuszcz: 74.41 g; Kw. tł. nasy.: 36.11 g; Węglowodany ogółem: 396.88 g; W tym cukry: 76.48 g; Błonnik pok.: 27.08 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2414.62 kcal; Białko ogółem: 120.99 g; Tłuszcz: 115.98 g; Kw. tł. nasy.: 27.72 g; Węglowodany ogółem: 230.60 g; W tym cukry: 109.64 g; Błonnik pok.: 22.61 g; Sól: 4.20 g;	Wartość energetyczna: 2596.77 kcal; Białko ogółem: 118.16 g; Tłuszcz: 87.29 g; Kw. tł. nasy.: 36.62 g; Węglowodany ogółem: 344.37 g; W tym cukry: 63.98 g; Błonnik pok.: 32.60 g; Sól: 6.60 g;	Wartość energetyczna: 2457.45 kcal; Białko ogółem: 106.17 g; Tłuszcz: 72.06 g; Kw. tł. nasy.: 35.99 g; Węglowodany ogółem: 355.38 g; W tym cukry: 73.11 g; Błonnik pok.: 25.18 g; Sól: 8.55 g;	Wartość energetyczna: 2271.41 kcal; Białko ogółem: 76.29 g; Tłuszcz: 87.49 g; Kw. tł. nasy.: 46.63 g; Węglowodany ogółem: 298.37 g; W tym cukry: 68.82 g; Błonnik pok.: 20.23 g; Sól: 4.75 g;	Wartość energetyczna: 1956.33 kcal; Białko ogółem: 73.78 g; Tłuszcz: 69.41 g; Kw. tł. nasy.: 29.30 g; Węglowodany ogółem: 257.05 g; W tym cukry: 42.72 g; Błonnik pok.: 10.69 g; Sól: 2.78 g;	Wartość energetyczna: 2707.40 kcal; Białko ogółem: 107.37 g; Tłuszcz: 102.39 g; Kw. tł. nasy.: 43.29 g; Węglowodany ogółem: 342.80 g; W tym cukry: 64.37 g; Błonnik pok.: 18.57 g; Sól: 8.31 g;	Wartość energetyczna: 3115.87 kcal; Białko ogółem: 123.08 g; Tłuszcz: 106.56 g; Kw. tł. nasy.: 46.75 g; Węglowodany ogółem: 421.45 g; W tym cukry: 68.36 g; Błonnik pok.: 20.43 g; Sól: 9.84 g;		



Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Latwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Latwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Vegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c		
2024-05-10 piątek	II ŚN	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE,</b> ) Chleb Graham 70 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE,</b> ) Povidła sliwkowe 60 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> )	Zacierka na mleku 400 ml ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE,</b> ) Marmolada wieloowcowa 60 g ( <b>S02,</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> ) Jabłko 150 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE,</b> ) Marmolada wieloowcowa 60 g ( <b>S02,</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> ) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE,</b> ) Marmolada wieloowcowa 60 g ( <b>S02,</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> )	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> )	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE,</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> ) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE,</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE,</b> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE,</b> ) Povidła sliwkowe 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> ) Jabłko 150 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Serek herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> ) Jabłko 150 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE,</b> ) Marmolada wieloowcowa 60 g ( <b>S02,</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> ) Jabłko 150 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE,</b> ) Marmolada wieloowcowa 60 g ( <b>S02,</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> ) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE,</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE,</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> ) Jabłko pieczone 150 g
			Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml										
2024-05-10 piątek	Obiad	Krupnik jęczmienny ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ,</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB,</b> ) Warzywa po grecku ( ) 200g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ,</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB,</b> ) Warzywa po grecku ( ) 200g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ,</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB,</b> ) Sos koperkowy * 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Warzywa po grecku ( ) 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - krupnik ( ) RYD 700 g ( <b>JAJ, SEL, GLU JECZ,</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ,</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB,</b> ) Surowka z kapusty kiszonej z olejem b/c ( ) 100 g Warzywa po grecku ( ) 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ,</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB,</b> ) Warzywa po grecku ( ) 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ,</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Kotlet jaglany z serem top i pietruszka 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Warzywa po grecku ( ) 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB,</b> ) Warzywa po grecku (bez glutenu) ( ) 200 g ( <b>SEL,</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ,</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB,</b> ) Warzywa po grecku ( ) 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		
			Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )										
2024-05-10 piątek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE,</b> ) Piersz delikatna z kurczaka w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ,</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE,</b> ) Piersz delikatna z kurczaka w osłonce niejadalnej. 50 g Jarzynowa z makaronem (dieta ( ) 400 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL,</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem ( ) RYD 700 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, SEL,</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE,</b> ) Piersz delikatna z kurczaka w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) 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 ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	
		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt											
2024-05-10 piątek	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt											
		Kanaпка z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt											
Wartość energetyczna: 2627,92 kcal; Białko ogółem: 93,90 g; Tłuszcz: 89,04 g; Kw. tł. nasy.: 34,51 g; Węglowodany ogółem: 373,20 g; W tym cukry: 93,71 g; Błonnik pok.: 30,92 g; Sól: 6,19 g;													
Wartość energetyczna: 2446,02 kcal; Białko ogółem: 92,63 g; Tłuszcz: 72,75 g; Kw. tł. nasy.: 33,87 g; Węglowodany ogółem: 363,86 g; W tym cukry: 76,02 g; Błonnik pok.: 29,35 g; Sól: 5,42 g;													
Wartość energetyczna: 2457,57 kcal; Białko ogółem: 96,92 g; Tłuszcz: 66,44 g; Kw. tł. nasy.: 32,92 g; Węglowodany ogółem: 370,41 g; W tym cukry: 83,32 g; Błonnik pok.: 29,73 g; Sól: 6,60 g;													
Wartość energetyczna: 2641,43 kcal; Białko ogółem: 101,05 g; Tłuszcz: 69,14 g; Kw. tł. nasy.: 32,94 g; Węglowodany ogółem: 412,19 g; W tym cukry: 88,18 g; Błonnik pok.: 31,72 g; Sól: 6,75 g;													
Wartość energetyczna: 2533,67 kcal; Białko ogółem: 129,19 g; Tłuszcz: 118,00 g; Kw. tł. nasy.: 28,24 g; Węglowodany ogółem: 247,69 g; W tym cukry: 95,93 g; Błonnik pok.: 24,26 g; Sól: 4,16 g;													
Wartość energetyczna: 2148,29 kcal; Białko ogółem: 105,66 g; Tłuszcz: 72,11 g; Kw. tł. nasy.: 31,35 g; Węglowodany ogółem: 282,90 g; W tym cukry: 48,51 g; Błonnik pok.: 33,72 g; Sól: 6,39 g;													
Wartość energetyczna: 2293,94 kcal; Białko ogółem: 104,38 g; Tłuszcz: 64,70 g; Kw. tł. nasy.: 31,35 g; Węglowodany ogółem: 333,50 g; W tym cukry: 72,61 g; Błonnik pok.: 32,05 g; Sól: 8,13 g;													
Wartość energetyczna: 2584,63 kcal; Białko ogółem: 67,53 g; Tłuszcz: 90,43 g; Kw. tł. nasy.: 36,34 g; Węglowodany ogółem: 384,80 g; W tym cukry: 93,69 g; Błonnik pok.: 29,46 g; Sól: 6,07 g;													
Wartość energetyczna: 1985,38 kcal; Białko ogółem: 58,54 g; Tłuszcz: 64,96 g; Kw. tł. nasy.: 27,07 g; Węglowodany ogółem: 295,60 g; W tym cukry: 51,53 g; Błonnik pok.: 22,77 g; Sól: 2,49 g;													
Wartość energetyczna: 2477,19 kcal; Białko ogółem: 92,87 g; Tłuszcz: 72,53 g; Kw. tł. nasy.: 33,82 g; Węglowodany ogółem: 370,11 g; W tym cukry: 83,32 g; Błonnik pok.: 29,73 g; Sól: 5,64 g;													
Wartość energetyczna: 2619,77 kcal; Białko ogółem: 110,92 g; Tłuszcz: 74,10 g; Kw. tł. nasy.: 34,72 g; Węglowodany ogółem: 389,11 g; W tym cukry: 97,31 g; Błonnik pok.: 36,09 g; Sól: 7,33 g;													



Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Latwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Latwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.latwo przys.węgl/Latwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Vegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Smadanie	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> ) Szynkowa drobna drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa drobna drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa drobna drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, 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 drobna drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g 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 JECZ</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> ) Szynkowa drobna drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Rzodkiew biała 80 g Salata 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> ) Szynkowa drobna drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u> ) Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa drobna drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa drobna drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa drobna drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/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> ) Szynkowa drobna drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, 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>GLUPSZ, 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>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany (zmielony) 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	Płynna odżywcza - pomidorowa z zacierką () RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Surowka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g ( <u>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>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Surowka wielowarzywna z olejem () 200 g ( <u>SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Zapiekanek z ziemniaków i warzyw z jakiem() 350 g ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ) Surowka wielowarzywna z olejem () 200 g ( <u>SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g 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> ) Zapiekanek z ziemniaków i warzyw z jakiem() 350 g ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ) Surowka wielowarzywna 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> ) Zapiekanek z ziemniaków i warzyw z jakiem() 350 g ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ) Surowka wielowarzywna 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> ) Zapiekanek z ziemniaków i warzyw z jakiem() 350 g ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ) Surowka wielowarzywna 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 ZYT</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</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 ZYT</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko pieczone 150 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> ) 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> ) Grysiówka () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - grysiówka () 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 waniliowym 100 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo o smaku waniliowym 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 ZYT</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 ZYT</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	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Serek homo o smaku waniliowym 100 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko pieczone 150 g
PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ZYT</u> ) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ZYT</u> ) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2330.01 kcal; Białko ogółem: 87.19 g; Tłuszcz: 78.92 g; Kw. tł. nasy.: 34.06 g; Węglowodany ogółem: 329.90 g; W tym cukry: 76.86 g; Błonnik pok.: 32.33 g; Sól: 6.97 g;	Wartość energetyczna: 2195.31 kcal; Białko ogółem: 93.67 g; Tłuszcz: 69.10 g; Kw. tł. nasy.: 33.97 g; Węglowodany ogółem: 312.59 g; W tym cukry: 77.15 g; Błonnik pok.: 31.77 g; Sól: 6.89 g;	Wartość energetyczna: 2210.49 kcal; Białko ogółem: 94.11 g; Tłuszcz: 69.28 g; Kw. tł. nasy.: 34.02 g; Węglowodany ogółem: 315.84 g; W tym cukry: 79.65 g; Błonnik pok.: 32.55 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 2607.09 kcal; Białko ogółem: 127.77 g; Tłuszcz: 75.50 g; Kw. tł. nasy.: 37.71 g; Węglowodany ogółem: 382.98 g; W tym cukry: 99.87 g; Błonnik pok.: 35.27 g; Sól: 7.94 g;	Wartość energetyczna: 2512.95 kcal; Białko ogółem: 127.77 g; Tłuszcz: 117.88 g; Kw. tł. nasy.: 28.18 g; Węglowodany ogółem: 244.26 g; W tym cukry: 97.63 g; Błonnik pok.: 24.53 g; Sól: 4.17 g;	Wartość energetyczna: 2181.60 kcal; Białko ogółem: 115.06 g; Tłuszcz: 68.25 g; Kw. tł. nasy.: 33.31 g; Węglowodany ogółem: 292.34 g; W tym cukry: 56.75 g; Błonnik pok.: 37.73 g; Sól: 7.43 g;	Wartość energetyczna: 2340.96 kcal; Białko ogółem: 67.20 g; Tłuszcz: 70.16 g; Kw. tł. nasy.: 33.47 g; Węglowodany ogółem: 331.79 g; W tym cukry: 72.69 g; Błonnik pok.: 34.97 g; Sól: 9.28 g;	Wartość energetyczna: 2362.42 kcal; Białko ogółem: 67.20 g; Tłuszcz: 101.28 g; Kw. tł. nasy.: 40.82 g; Węglowodany ogółem: 304.20 g; W tym cukry: 82.29 g; Błonnik pok.: 30.00 g; Sól: 7.06 g;	Wartość energetyczna: 2031.45 kcal; Białko ogółem: 72.32 g; Tłuszcz: 70.38 g; Kw. tł. nasy.: 30.92 g; Węglowodany ogółem: 285.41 g; W tym cukry: 68.42 g; Błonnik pok.: 26.56 g; Sól: 3.95 g;	Wartość energetyczna: 2210.49 kcal; Białko ogółem: 94.11 g; Tłuszcz: 69.28 g; Kw. tł. nasy.: 34.02 g; Węglowodany ogółem: 315.84 g; W tym cukry: 79.65 g; Błonnik pok.: 32.55 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 2378.96 kcal; Białko ogółem: 108.35 g; Tłuszcz: 73.16 g; Kw. tł. nasy.: 35.49 g; Węglowodany ogółem: 335.79 g; W tym cukry: 73.89 g; Błonnik pok.: 34.97 g; Sól: 9.29 g;

### **Oznaczenia alergenów:**

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

### **Oznaczenia wskaźników odż.:**

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

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

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Chleb Graham 70 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> )	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> )	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> )	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Sok marchwiowy 200 ml
II SN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml										Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
Obiad	Fasolowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Naleśnik z serem 350 g ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE,</u> ) Mus z jabłek ( )z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Mus z jabłek ( )z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - dyniowa z ziemniakami ( ) RYD 700 g ( <u>JAJ, SEL,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - dyniowa z ziemniakami ( ) RYD 700 g ( <u>JAJ, SEL,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Makaron północniasty 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE,</u> ) Mus z jabłek ( ) b/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL,</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE,</u> ) Mus z jabłek ( ) b/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE,</u> ) Mus z jabłek ( )z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami (bez glutenu)( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Makaron bezglutenowy 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE,</u> ) Mus z jabłek ( )z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Mus z jabłek ( )z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Mus z jabłek ( )z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Mus z jabłek ( ) b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD	Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml ( <u>MLE,</u> )										Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml ( <u>MLE,</u> )
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE,</u> ) Jarzynowa z ryżem dieta ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem ( ) RYD 700 g ( <u>JAJ, SEL,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt
PN	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Wafle ryżowe 20 g		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE,</u> )		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE,</u> )		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,</u> ) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE,</u> )		Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Wafle ryżowe 20 g		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,</u> ) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE,</u> )
	Wartość energetyczna: 2899,81 kcal; Białko ogółem: 110,05 g; Tłuszcz: 92,05 g; Kw. tł. nasy.: 43,26 g; Węglowodany ogółem: 420,40 g; W tym cukry: 93,43 g; Błonnik pok.: 29,21 g; Sól: 6,71 g;	Wartość energetyczna: 2328,56 kcal; Białko ogółem: 88,68 g; Tłuszcz: 72,44 g; Kw. tł. nasy.: 40,34 g; Węglowodany ogółem: 338,13 g; W tym cukry: 63,06 g; Błonnik pok.: 21,37 g; Sól: 6,63 g;	Wartość energetyczna: 2419,31 kcal; Białko ogółem: 98,15 g; Tłuszcz: 69,64 g; Kw. tł. nasy.: 38,72 g; Węglowodany ogółem: 353,63 g; W tym cukry: 67,65 g; Błonnik pok.: 23,30 g; Sól: 6,68 g;	Wartość energetyczna: 2518,11 kcal; Białko ogółem: 107,05 g; Tłuszcz: 70,14 g; Kw. tł. nasy.: 38,38 g; Węglowodany ogółem: 369,88 g; W tym cukry: 79,99 g; Błonnik pok.: 23,91 g; Sól: 6,41 g;	Wartość energetyczna: 2430,74 kcal; Białko ogółem: 122,69 g; Tłuszcz: 121,52 g; Kw. tł. nasy.: 31,94 g; Węglowodany ogółem: 220,31 g; W tym cukry: 104,44 g; Błonnik pok.: 19,77 g; Sól: 4,86 g;	Wartość energetyczna: 2225,97 kcal; Białko ogółem: 95,93 g; Tłuszcz: 74,54 g; Kw. tł. nasy.: 39,76 g; Węglowodany ogółem: 303,28 g; W tym cukry: 50,06 g; Błonnik pok.: 33,91 g; Sól: 6,48 g;	Wartość energetyczna: 2261,86 kcal; Białko ogółem: 91,60 g; Tłuszcz: 66,30 g; Kw. tł. nasy.: 37,86 g; Węglowodany ogółem: 327,93 g; W tym cukry: 53,94 g; Błonnik pok.: 21,97 g; Sól: 7,34 g;	Wartość energetyczna: 2737,96 kcal; Białko ogółem: 96,61 g; Tłuszcz: 102,43 g; Kw. tł. nasy.: 42,63 g; Węglowodany ogółem: 365,17 g; W tym cukry: 61,40 g; Błonnik pok.: 26,04 g; Sól: 6,59 g;	Wartość energetyczna: 1868,35 kcal; Białko ogółem: 51,09 g; Tłuszcz: 66,53 g; Kw. tł. nasy.: 33,12 g; Węglowodany ogółem: 268,65 g; W tym cukry: 36,02 g; Błonnik pok.: 13,60 g; Sól: 2,84 g;	Wartość energetyczna: 2331,28 kcal; Białko ogółem: 72,50 g; Tłuszcz: 67,89 g; Kw. tł. nasy.: 41,19 g; Węglowodany ogółem: 362,58 g; W tym cukry: 67,95 g; Błonnik pok.: 25,26 g; Sól: 6,79 g;	Wartość energetyczna: 2443,02 kcal; Białko ogółem: 79,89 g; Tłuszcz: 72,13 g; Kw. tł. nasy.: 41,19 g; Węglowodany ogółem: 374,57 g; W tym cukry: 68,82 g; Błonnik pok.: 27,02 g; Sól: 8,32 g;

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

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD 6/C3/P7 z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 z ogr.łatwo przys.węgl.łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
II SN	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE.</u> ) Chleb Graham 70 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Serek śniadaniowy ze szczyptorkiem 80g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Papryka świeża 80 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twaroguz koperkiem 100 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 100 g ( <u>MLE.</u> ) Mus z jabłek ( ) b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLUPSZ.</u> ) Twarożek 100 g ( <u>MLE.</u> ) Mus z jabłek ( ) b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twaroguz koperkiem 100 g ( <u>MLE.</u> ) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 100 g ( <u>MLE.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twaroguz koperkiem 100 g ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLUPSZ.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Mus z jabłek ( ) b/c 100 g
II SN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml										
II SN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml										
Obiad	Szczawiowa z ryżem ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos meksykański 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Bitka z szynki wieprzowej 100g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - brokułowa z ziemniakami ( ) RYD 700 g ( <u>JAJ, SEL.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szczawiowa z ryżem ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z kapusty białej z olejem ( ) 100 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szczawiowa z ryżem ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Gulasz szynkowy z warzywami ( ) 200 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka z szynki wieprzowej (bez glutenu) 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Buraczki gotowane ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )
PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )										
PD	Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )										
Kolejnia	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica premium- wędłina dr. średnio rozd. 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica premium- wędłina dr. średnio rozd. 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica premium- wędłina dr. średnio rozd. 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Sok pomidorowy 200ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica premium- wędłina dr. średnio rozd. 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Ziemniaczana ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana ( ) RYD 700 g ( <u>JAJ, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica premium- wędłina dr. średnio rozd. 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica premium- wędłina dr. średnio rozd. 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Tofu 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parozz dodat.wody w ost.niejad 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica premium- wędłina dr. średnio rozd. 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica premium- wędłina dr. średnio rozd. 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE.</u> ) Rogal maślany 50g, 1 szt ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE.</u> )			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE.</u> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</u> ) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE.</u> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</u> ) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE.</u> )	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE.</u> )	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE.</u> )	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE.</u> )	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE.</u> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</u> ) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE.</u> )
Wartość energetyczna: 2842,51 kcal; Białko ogółem: 115,26 g; Tłuszcz: 102,94 g; Kw. tł. nasy.: 51,04 g; Węglowodany ogółem: 371,84 g; W tym cukry: 78,30 g; Błonnik pok.: 26,34 g; Sól: 7,88 g;	Wartość energetyczna: 236,58 kcal; Białko ogółem: 119,94 g; Tłuszcz: 93,95 g; Kw. tł. nasy.: 42,36 g; Węglowodany ogółem: 361,11 g; W tym cukry: 78,46 g; Błonnik pok.: 22,72 g; Sól: 7,07 g;	Wartość energetyczna: 2797,36 kcal; Białko ogółem: 118,13 g; Tłuszcz: 94,35 g; Kw. tł. nasy.: 42,85 g; Węglowodany ogółem: 376,94 g; W tym cukry: 78,46 g; Błonnik pok.: 24,85 g; Sól: 7,84 g;	Wartość energetyczna: 129,06 kcal; Białko ogółem: 129,06 g; Tłuszcz: 97,81 g; Kw. tł. nasy.: 44,62 g; Węglowodany ogółem: 429,37 g; W tym cukry: 82,92 g; Błonnik pok.: 28,46 g; Sól: 7,35 g;	Wartość energetyczna: 2385,95 kcal; Białko ogółem: 124,55 g; Tłuszcz: 121,40 g; Kw. tł. nasy.: 31,77 g; Węglowodany ogółem: 206,82 g; W tym cukry: 101,15 g; Błonnik pok.: 16,84 g; Sól: 4,11 g;	Wartość energetyczna: 2357,06 kcal; Białko ogółem: 112,56 g; Tłuszcz: 85,98 g; Kw. tł. nasy.: 40,82 g; Węglowodany ogółem: 294,83 g; W tym cukry: 67,64 g; Błonnik pok.: 30,18 g; Sól: 8,04 g;	Wartość energetyczna: 2502,63 kcal; Białko ogółem: 105,69 g; Tłuszcz: 87,18 g; Kw. tł. nasy.: 41,51 g; Węglowodany ogółem: 332,58 g; W tym cukry: 67,15 g; Błonnik pok.: 26,23 g; Sól: 9,00 g;	Wartość energetyczna: 2097,40 kcal; Białko ogółem: 107,24 g; Tłuszcz: 88,96 g; Kw. tł. nasy.: 47,44 g; Węglowodany ogółem: 371,83 g; W tym cukry: 77,60 g; Błonnik pok.: 33,66 g; Sól: 6,20 g;	Wartość energetyczna: 79,32 g; Tłuszcz: 85,09 g; Kw. tł. nasy.: 35,22 g; Węglowodany ogółem: 258,40 g; W tym cukry: 53,20 g; Błonnik pok.: 16,15 g; Sól: 4,26 g;	Wartość energetyczna: 2967,54 kcal; Białko ogółem: 117,20 g; Tłuszcz: 113,71 g; Kw. tł. nasy.: 50,30 g; Węglowodany ogółem: 377,37 g; W tym cukry: 81,15 g; Błonnik pok.: 25,16 g; Sól: 8,84 g;	Wartość energetyczna: 129,09 kcal; Białko ogółem: 129,09 g; Tłuszcz: 117,54 g; Kw. tł. nasy.: 51,67 g; Węglowodany ogółem: 375,72 g; W tym cukry: 79,99 g; Błonnik pok.: 27,62 g; Sól: 10,29 g;	

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

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 z ogr.łatwo przys.węgl.Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
2024-05-15 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb Graham 70 g (GLU PSZ), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Bułka pszenna duża krojona 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE), Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g, Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.), Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.), Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		II SN					Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko pieczone 150 g
2024-05-15 środa	Obiad	Pieczarkowa z makaronem ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL), Ziemiaki gotowane ( ) 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.), Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL), Surówka z marchwi i chrzanu ( ) 200 g (MLE, SOJ), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ziemiaki gotowane ( ) 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.), Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.), Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem ( ) RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL), Ziemiaki gotowane ( ) 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.), Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.), Surówka z selera i jabolka z olejem ( ) b/c 100 g (SEL), Marchew gotowana z olejem ( ) 100 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.), Ziemiaki gotowane ( ) 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.), Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.), Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL), Ziemiaki gotowane ( ) 200 g, Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.), Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.), Surówka z marchwi i chrzanu ( ) 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.), Ziemiaki gotowane ( ) 200 g, Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (JAJ.), Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (MLE), Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ziemiaki gotowane ( ) 200 g, Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (JAJ.), Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.), Surówka z marchwi i chrzanu ( ) 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ziemiaki gotowane ( ) 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.), Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.), Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ziemiaki gotowane ( ) 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.), Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.), Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ziemiaki gotowane ( ) 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.), Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.), Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		PD					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE)
2024-05-15 środa	Kolejacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Paprykarz szcześciński 100 g (RYB, SOJ), Ogórek kiszony 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna duża krojona 100 g (GLUPSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - grysikowa ( ) RYD 700 g (GLUPSZ, JAJ, SEL), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Paprykarz szcześciński 100 g (RYB, SOJ), Ogórek kiszony 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g, Masło 83% tł. 20 g (MLE), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Ser żółty 50 g (MLE), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Ser żółty 50 g (MLE), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE)	
		PN	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE), Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE), Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.), Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.), Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE)	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE), Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE), Wafle ryżowe 20 g	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE), Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.), Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE)	
		Wartość energetyczna: 2474,54 kcal; Białko ogółem: 98,72 g; Tłuszcz: 85,16 g; Kw. tł. nasy.: 38,64 g; Węglowodany ogółem: 340,61 g; W tym cukry: 66,32 g; Błonnik pok.: 27,37 g; Sol: 9,89 g;	Wartość energetyczna: 2329,40 kcal; Białko ogółem: 90,09 g; Tłuszcz: 79,81 g; Kw. tł. nasy.: 37,11 g; Węglowodany ogółem: 325,59 g; W tym cukry: 66,88 g; Błonnik pok.: 26,84 g; Sol: 7,60 g;	Wartość energetyczna: 2425,11 kcal; Białko ogółem: 91,69 g; Tłuszcz: 76,20 g; Kw. tł. nasy.: 37,63 g; Węglowodany ogółem: 352,93 g; W tym cukry: 93,49 g; Błonnik pok.: 24,60 g; Sol: 8,63 g;	Wartość energetyczna: 2466,00 kcal; Białko ogółem: 96,73 g; Tłuszcz: 70,39 g; Kw. tł. nasy.: 37,29 g; Węglowodany ogółem: 373,47 g; W tym cukry: 95,57 g; Błonnik pok.: 25,41 g; Sol: 10,19 g;	Wartość energetyczna: 2454,48 kcal; Białko ogółem: 123,91 g; Tłuszcz: 116,04 g; Kw. tł. nasy.: 27,64 g; Węglowodany ogółem: 235,04 g; W tym cukry: 90,42 g; Błonnik pok.: 14,81 g; Sol: 5,95 g;	Wartość energetyczna: 2298,95 kcal; Białko ogółem: 95,82 g; Tłuszcz: 80,33 g; Kw. tł. nasy.: 37,29 g; Węglowodany ogółem: 304,42 g; W tym cukry: 59,78 g; Błonnik pok.: 39,18 g; Sol: 10,01 g;	Wartość energetyczna: 2308,64 kcal; Białko ogółem: 87,84 g; Tłuszcz: 73,81 g; Kw. tł. nasy.: 37,66 g; Węglowodany ogółem: 334,40 g; W tym cukry: 73,48 g; Błonnik pok.: 32,23 g; Sol: 9,69 g;	Wartość energetyczna: 2456,69 kcal; Białko ogółem: 61,37 g; Tłuszcz: 89,57 g; Kw. tł. nasy.: 51,37 g; Węglowodany ogółem: 323,36 g; W tym cukry: 68,39 g; Błonnik pok.: 24,04 g; Sol: 7,95 g;	Wartość energetyczna: 1916,73 kcal; Białko ogółem: 61,37 g; Tłuszcz: 76,72 g; Kw. tł. nasy.: 46,65 g; Węglowodany ogółem: 253,73 g; W tym cukry: 41,93 g; Błonnik pok.: 21,32 g; Sol: 4,22 g;	Wartość energetyczna: 2502,25 kcal; Białko ogółem: 95,53 g; Tłuszcz: 89,80 g; Kw. tł. nasy.: 50,13 g; Węglowodany ogółem: 353,85 g; W tym cukry: 93,07 g; Błonnik pok.: 24,60 g; Sol: 8,42 g;	Wartość energetyczna: 2723,73 kcal; Białko ogółem: 105,60 g; Tłuszcz: 94,38 g; Kw. tł. nasy.: 50,13 g; Węglowodany ogółem: 374,96 g; W tym cukry: 89,42 g; Błonnik pok.: 33,00 g; Sol: 9,85 g;

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

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 z ogr.łatwo przys.węgl/łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb Graham 70 g (GLU, PSZ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser topiony 50 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo.o smaku 100 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo.o smaku 100 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo.o smaku 100 g naturalnym z ziołami 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU, OW.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek topiony 50 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	
II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml											
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL, GLU, ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU, JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU, PSZ.) Surówka wielowarstwowa z olejem () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU, JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU, PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL, GLU, ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU, JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU, PSZ.) Surówka wielowarstwowa z olejem () 200 g (SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU, JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU, PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU, JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU, PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL.) Kaszotto jaglane z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU, JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU, PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL, GLU, ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU, JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU, PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt				
PD	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE.)											
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Jarzynowa z ryżem (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek topiony 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)											
	Wartość energetyczna: 2620.92 kcal; Białko ogółem: 101.75 g; Tłuszcz: 99.20 g; Kw. tł. nasy.: 43.69 g; Węglowodany ogółem: 347.07 g; W tym cukry: 83.70 g; Błonnik pok.: 35.51 g; Sol: 8.33 g;	Wartość energetyczna: 2517.16 kcal; Białko ogółem: 105.09 g; Tłuszcz: 91.10 g; Kw. tł. nasy.: 39.93 g; Węglowodany ogółem: 332.44 g; W tym cukry: 73.90 g; Błonnik pok.: 28.33 g; Sol: 6.72 g;	Wartość energetyczna: 2597.52 kcal; Białko ogółem: 104.73 g; Tłuszcz: 91.21 g; Kw. tł. nasy.: 40.38 g; Węglowodany ogółem: 351.29 g; W tym cukry: 78.49 g; Błonnik pok.: 30.09 g; Sol: 6.93 g;	Wartość energetyczna: 2709.22 kcal; Białko ogółem: 110.79 g; Tłuszcz: 90.87 g; Kw. tł. nasy.: 39.94 g; Węglowodany ogółem: 375.09 g; W tym cukry: 82.70 g; Błonnik pok.: 31.36 g; Sol: 6.66 g;	Wartość energetyczna: 2450.41 kcal; Białko ogółem: 124.60 g; Tłuszcz: 124.04 g; Kw. tł. nasy.: 32.19 g; Węglowodany ogółem: 217.50 g; W tym cukry: 100.38 g; Błonnik pok.: 17.75 g; Sol: 4.09 g;	Wartość energetyczna: 2345.49 kcal; Białko ogółem: 104.85 g; Tłuszcz: 85.45 g; Kw. tł. nasy.: 39.66 g; Węglowodany ogółem: 305.74 g; W tym cukry: 68.87 g; Błonnik pok.: 36.39 g; Sol: 7.19 g;	Wartość energetyczna: 2496.76 kcal; Białko ogółem: 98.26 g; Tłuszcz: 86.71 g; Kw. tł. nasy.: 39.48 g; Węglowodany ogółem: 341.65 g; W tym cukry: 73.66 g; Błonnik pok.: 30.39 g; Sol: 8.05 g;	Wartość energetyczna: 2580.48 kcal; Białko ogółem: 91.27 g; Tłuszcz: 101.61 g; Kw. tł. nasy.: 45.28 g; Węglowodany ogółem: 329.54 g; W tym cukry: 48.44 g; Błonnik pok.: 33.74 g; Sol: 6.53 g;	Wartość energetyczna: 2077.96 kcal; Białko ogółem: 73.12 g; Tłuszcz: 84.31 g; Kw. tł. nasy.: 32.76 g; Węglowodany ogółem: 263.17 g; W tym cukry: 48.44 g; Błonnik pok.: 18.74 g; Sol: 3.42 g;	Wartość energetyczna: 2646.67 kcal; Białko ogółem: 97.19 g; Tłuszcz: 102.23 g; Kw. tł. nasy.: 49.19 g; Węglowodany ogółem: 346.04 g; W tym cukry: 79.55 g; Błonnik pok.: 30.59 g; Sol: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 2868.64 kcal; Białko ogółem: 114.04 g; Tłuszcz: 107.86 g; Kw. tł. nasy.: 50.27 g; Węglowodany ogółem: 373.08 g; W tym cukry: 78.39 g; Błonnik pok.: 33.01 g; Sol: 9.29 g;	



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

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 z ogr.łatwo przys.węgl.łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
2024-05-17 piątek	SNiadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Twarożek 50 g (MLE.)	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Dżem wiśniowy 60 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Twarożek 50 g (MLE.)	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Dżem wiśniowy 60 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Twarożek 50 g (MLE.)	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ, MLE.) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko pieczone 150 g	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Dżem wiśniowy 60 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Twarożek 50 g (MLE.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Twarożek 50 g (MLE.)	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Dżem wiśniowy 60 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.)	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g
	II SN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)									Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)	
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - szpinakowa z zacierką () RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (SEL.) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kofeiny gryczane z cebulką i twarogiem 350 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Sos pieczarkowy 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE.)									Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE.)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałatka zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Polegawka premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Polegawka premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Polegawka premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Selerowa z makaronem () 400 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - selerowa z makaronem () RYD 700 g (GLUPSZ, JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałatka zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Polegawka premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Sałatka zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałatka zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	
PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE.) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2657,70 kcal; Białko ogółem: 102,29 g; Tłuszcz: 83,62 g; Kw. tł. nasy.: 35,77 g; Węglowodany ogółem: 387,30 g; W tym cukry: 131,62 g; Błonnik pok.: 28,31 g; Sól: 5,69 g;	Wartość energetyczna: 2530,59 kcal; Białko ogółem: 99,18 g; Tłuszcz: 78,98 g; Kw. tł. nasy.: 35,25 g; Węglowodany ogółem: 370,49 g; W tym cukry: 130,39 g; Błonnik pok.: 29,91 g; Sól: 6,42 g;	Wartość energetyczna: 2529,33 kcal; Białko ogółem: 100,13 g; Tłuszcz: 75,66 g; Kw. tł. nasy.: 34,26 g; Węglowodany ogółem: 374,39 g; W tym cukry: 133,20 g; Błonnik pok.: 30,69 g; Sól: 8,33 g;	Wartość energetyczna: 2695,12 kcal; Białko ogółem: 103,91 g; Tłuszcz: 75,31 g; Kw. tł. nasy.: 33,99 g; Węglowodany ogółem: 415,85 g; W tym cukry: 139,16 g; Błonnik pok.: 35,50 g; Sól: 8,40 g;	Wartość energetyczna: 2494,93 kcal; Białko ogółem: 112,20 g; Tłuszcz: 89,41 g; Kw. tł. nasy.: 44,86 g; Węglowodany ogółem: 248,57 g; W tym cukry: 106,51 g; Błonnik pok.: 17,48 g; Sól: 4,06 g;	Wartość energetyczna: 2276,65 kcal; Białko ogółem: 109,46 g; Tłuszcz: 78,27 g; Kw. tł. nasy.: 36,76 g; Węglowodany ogółem: 273,91 g; W tym cukry: 59,75 g; Błonnik pok.: 32,66 g; Sól: 7,44 g;	Wartość energetyczna: 2364,99 kcal; Białko ogółem: 92,32 g; Tłuszcz: 97,35 g; Kw. tł. nasy.: 38,00 g; Węglowodany ogółem: 398,83 g; W tym cukry: 135,66 g; Błonnik pok.: 29,03 g; Sól: 4,99 g;	Wartość energetyczna: 2084,65 kcal; Białko ogółem: 64,48 g; Tłuszcz: 73,25 g; Kw. tł. nasy.: 28,19 g; Węglowodany ogółem: 301,73 g; W tym cukry: 105,40 g; Błonnik pok.: 23,93 g; Sól: 3,11 g;	Wartość energetyczna: 2531,21 kcal; Białko ogółem: 98,41 g; Tłuszcz: 78,32 g; Kw. tł. nasy.: 34,00 g; Węglowodany ogółem: 373,32 g; W tym cukry: 131,18 g; Błonnik pok.: 30,69 g; Sól: 7,36 g;	Wartość energetyczna: 2761,85 kcal; Białko ogółem: 128,35 g; Tłuszcz: 101,75 g; Kw. tł. nasy.: 47,34 g; Węglowodany ogółem: 350,29 g; W tym cukry: 84,98 g; Błonnik pok.: 32,78 g; Sól: 9,91 g;		

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

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.łuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb Graham 70 g (GLU, PSZ, SEL.) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU, JECZ.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Sern topiony 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml										
Obiad	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte ( ) 200 g (GLU, PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa (zmielona) 100g (GLU, PSZ, SEL.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte ( ) 200 g (GLU, PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - koperkowa z ryżem ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c ( ) 100 g Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) ( ) 200g (GLU, PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem ( ) 200 g (GLU, PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem ( ) 200 g (GLU, PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa (bez glutenu) 100 g Sos jarzynowy (bez glutenu) 100 ml (SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) ( ) 200 g (GLU, PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte ( ) 200 g (GLU, PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) ( ) 200 g (GLU, PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE.)										
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasztet z soczewicy ( ) 70 g (GLU, PSZ, JAJ.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Płynna odżywcza - ziemniaczana ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasztet z soczewicy ( ) 70 g (GLU, PSZ, JAJ.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek topiony 50 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g
PN	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU, PSZ, MLE.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU, ŻYT.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.)	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.) Wafle ryżowe 20 g	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU, ŻYT.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.)
	Wartość energetyczna: 2626.43 kcal; Białko ogółem: 105.56 g; Tłuszcz: 89.74 g; Kw. tł. nasy.: 39.64 g; Węglowodany ogółem: 365.19 g; W tym cukry: 69.56 g; Błonnik pok.: 34.15 g; Sól: 8.06 g;	Wartość energetyczna: 2414.45 kcal; Białko ogółem: 107.76 g; Tłuszcz: 75.01 g; Kw. tł. nasy.: 37.87 g; Węglowodany ogółem: 338.22 g; W tym cukry: 71.03 g; Błonnik pok.: 24.48 g; Sól: 7.72 g;	Wartość energetyczna: 2502.20 kcal; Białko ogółem: 108.65 g; Tłuszcz: 75.13 g; Kw. tł. nasy.: 38.32 g; Węglowodany ogółem: 357.36 g; W tym cukry: 65.62 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 7.68 g;	Wartość energetyczna: 2745.71 kcal; Białko ogółem: 120.60 g; Tłuszcz: 77.26 g; Kw. tł. nasy.: 38.24 g; Węglowodany ogółem: 404.53 g; W tym cukry: 78.56 g; Błonnik pok.: 31.00 g; Sól: 7.42 g;	Wartość energetyczna: 2447.98 kcal; Białko ogółem: 102.83 g; Tłuszcz: 84.26 g; Kw. tł. nasy.: 31.94 g; Węglowodany ogółem: 335.21 g; W tym cukry: 69.04 g; Błonnik pok.: 19.36 g; Sól: 4.99 g;	Wartość energetyczna: 2441.20 kcal; Białko ogółem: 101.50 g; Tłuszcz: 71.53 g; Kw. tł. nasy.: 37.54 g; Węglowodany ogółem: 351.48 g; W tym cukry: 64.17 g; Błonnik pok.: 26.92 g; Sól: 8.30 g;	Wartość energetyczna: 2606.83 kcal; Białko ogółem: 78.92 g; Tłuszcz: 97.05 g; Kw. tł. nasy.: 45.20 g; Węglowodany ogółem: 370.20 g; W tym cukry: 74.45 g; Błonnik pok.: 34.90 g; Sól: 7.92 g;	Wartość energetyczna: 1968.35 kcal; Białko ogółem: 70.64 g; Tłuszcz: 73.25 g; Kw. tł. nasy.: 31.16 g; Węglowodany ogółem: 43.02 g; Błonnik pok.: 19.99 g; Sól: 3.92 g;	Wartość energetyczna: 2561.70 kcal; Białko ogółem: 101.25 g; Tłuszcz: 86.13 g; Kw. tł. nasy.: 46.39 g; Węglowodany ogółem: 354.96 g; W tym cukry: 66.12 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 8.69 g;	Wartość energetyczna: 2761.74 kcal; Białko ogółem: 108.33 g; Tłuszcz: 90.31 g; Kw. tł. nasy.: 49.83 g; Węglowodany ogółem: 389.76 g; W tym cukry: 81.31 g; Błonnik pok.: 29.86 g; Sól: 10.17 g;	

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

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
2024-05-19 niedziela	Śniadanie	Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 70 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Pastę z twarogu z dżemem brzoskwinowym 100 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Pastę z twarogu z dżemem brzoskwinowym 100 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko pieczone 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <b>MLE.</b> ) Bulka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Pastę z twarogu z dżemem brzoskwinowym 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Pastę z twarogu z dżemem brzoskwinowym 100 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Pastę z twarogu z dżemem brzoskwinowym 100 g Jabłko 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Jabłko pieczone 150 g
		II SN					Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
2024-05-19 niedziela	Obiad	Rosół z makaronem ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 1 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Gryskowa ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Budyń z uduca kurczaka 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos koperkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - rosół z makaronem ( ) RYD 700 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, SEL.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Gryskowa ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Gryskowa ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Kotlet z jaj 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem ( bez glutenu) ( ) 400 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem ( bez glutenu)* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem ( bez glutenu)* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
		PD					Kefir 2 % tł 200g 1 szt ( <b>MLE.</b> )					Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )
2024-05-19 niedziela	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jarzynowa z ryżem dieta ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem ( ) RYD 700 g ( <b>JAJ, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Hummus 100 g ( <b>SEZ.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	
		PN		Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <b>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</b> ) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <b>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</b> ) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <b>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</b> ) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	
	Wartość energetyczna: 2508.11 kcal; Białko ogółem: 121.70 g; Tłuszcz: 106.21 g; Kw. tł. nasy.: 47.81 g; Węglowodany ogółem: 277.16 g; W tym cukry: 54.09 g; Błonnik pok.: 24.84 g; Sól: 7.88 g;	Wartość energetyczna: 2418.07 kcal; Białko ogółem: 116.18 g; Tłuszcz: 88.91 g; Kw. tł. nasy.: 39.00 g; Węglowodany ogółem: 295.52 g; W tym cukry: 63.09 g; Błonnik pok.: 21.06 g; Sól: 6.87 g;	Wartość energetyczna: 2368.17 kcal; Białko ogółem: 109.78 g; Tłuszcz: 85.28 g; Kw. tł. nasy.: 37.89 g; Węglowodany ogółem: 297.70 g; W tym cukry: 86.76 g; Błonnik pok.: 21.37 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2471.94 kcal; Białko ogółem: 123.45 g; Tłuszcz: 114.29 g; Kw. tł. nasy.: 27.33 g; Węglowodany ogółem: 241.63 g; W tym cukry: 88.93 g; Błonnik pok.: 16.77 g; Sól: 3.81 g;	Wartość energetyczna: 2485.08 kcal; Białko ogółem: 134.01 g; Tłuszcz: 106.90 g; Kw. tł. nasy.: 50.87 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 43.07 g; Błonnik pok.: 29.33 g; Sól: 8.37 g;	Wartość energetyczna: 2470.43 kcal; Białko ogółem: 124.73 g; Tłuszcz: 91.10 g; Kw. tł. nasy.: 42.30 g; Węglowodany ogółem: 294.88 g; W tym cukry: 56.27 g; Błonnik pok.: 23.76 g; Sól: 9.22 g;	Wartość energetyczna: 2504.52 kcal; Białko ogółem: 122.67 kcal; Białko ogółem: 94.63 g; Tłuszcz: 101.80 g; Kw. tł. nasy.: 34.99 g; Węglowodany ogółem: 329.16 g; W tym cukry: 54.39 g; Błonnik pok.: 24.59 g; Sól: 6.76 g;	Wartość energetyczna: 2266.27 kcal; Białko ogółem: 94.63 g; Tłuszcz: 90.45 g; Kw. tł. nasy.: 36.01 g; Węglowodany ogółem: 271.01 g; W tym cukry: 54.39 g; Błonnik pok.: 15.90 g; Sól: 3.94 g;	Wartość energetyczna: 2500.51 kcal; Białko ogółem: 119.96 g; Tłuszcz: 101.19 g; Kw. tł. nasy.: 47.31 g; Węglowodany ogółem: 286.42 g; W tym cukry: 63.17 g; Błonnik pok.: 21.84 g; Sól: 8.82 g;	Wartość energetyczna: 2639.98 kcal; Białko ogółem: 136.75 g; Tłuszcz: 106.82 g; Kw. tł. nasy.: 48.39 g; Węglowodany ogółem: 292.85 g; W tym cukry: 45.03 g; Błonnik pok.: 24.23 g; Sól: 10.12 g;		

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

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl.Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
II SN	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, OW.</b> ) Chleb Graham 70 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.</b> ) Mixsałat 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.</b> ) Mixsałat 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.</b> ) Sok marchwiowy 200ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.</b> ) Sok marchwiowy 200ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <b>MLE, GLU, OW.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.</b> )	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.</b> ) Mixsałat 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.</b> ) Sok marchwiowy 200ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.</b> ) Mixsałat 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mixsałat 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Sern topiony 50 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.</b> ) Sok marchwiowy 200ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Sern topiony 50 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.</b> ) Sok marchwiowy 200ml
Obiad	Grochowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek (j)/z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino ( ) 400 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek (j)/z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino ( ) 400 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek (j)/z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - solferino ( ) RYD 700 g ( <b>JAJ, SEL.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek (j) b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino ( ) 400 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek (j) b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek (j)/z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino (bez glutenu) ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek (j)/z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino ( ) 400 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek (j)/z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino ( ) 400 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek (j) b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino ( ) 400 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek (j) b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD							Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )				Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )
Kolacja	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z rzodkiewki 100 g ( <b>MLE.</b> ) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g(tubka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Gryskowia ( ) 400 ml ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - gryskowia ( ) RYD 700 g ( <b>GLU, PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Salata zielona 20 g Chleb Graham 100 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g(tubka) 1 szt	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) 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 ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Polewica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g(tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Polewica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g(tubka) 1 szt
PN	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <b>MLE.</b> )		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <b>GLU, PSZ, MLE.</b> ) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <b>GLU, PSZ, MLE.</b> ) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Wafle ryżowe 20 g	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <b>GLU, PSZ, MLE.</b> ) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <b>MLE.</b> )
Wartość energetyczna:	2429,09 kcal; Białko ogółem: 82,24 g; Tłuszcz: 74,96 g; Kw. tł. nasy.: 40,24 g; Węglowodany ogółem: 356,69 g; W tym cukry: 61,59 g; Błonnik pok.: 31,91 g; Sól: 7,31 g;	Wartość energetyczna: 2302,76 kcal; Białko ogółem: 84,49 g; Tłuszcz: 70,06 g; Kw. tł. nasy.: 40,12 g; Węglowodany ogółem: 341,86 g; W tym cukry: 66,12 g; Błonnik pok.: 19,23 g; Sól: 5,88 g;	Wartość energetyczna: 2345,54 kcal; Białko ogółem: 80,59 g; Tłuszcz: 68,33 g; Kw. tł. nasy.: 37,47 g; Węglowodany ogółem: 359,10 g; W tym cukry: 94,26 g; Błonnik pok.: 18,76 g; Sól: 5,99 g;	Wartość energetyczna: 2476,72 kcal; Białko ogółem: 90,22 g; Tłuszcz: 69,38 g; Kw. tł. nasy.: 32,23 g; Węglowodany ogółem: 381,33 g; W tym cukry: 101,67 g; Błonnik pok.: 19,57 g; Sól: 5,67 g;	Wartość energetyczna: 2483,35 kcal; Białko ogółem: 126,38 g; Tłuszcz: 73,23 g; Kw. tł. nasy.: 40,86 g; Węglowodany ogółem: 340,99 g; W tym cukry: 58,76 g; Błonnik pok.: 37,14 g; Sól: 8,12 g;	Wartość energetyczna: 2361,74 kcal; Białko ogółem: 77,64 g; Tłuszcz: 66,30 g; Kw. tł. nasy.: 38,18 g; Węglowodany ogółem: 371,40 g; W tym cukry: 79,03 g; Błonnik pok.: 20,09 g; Sól: 9,92 g;	Wartość energetyczna: 2455,62 kcal; Białko ogółem: 85,02 g; Tłuszcz: 82,84 g; Kw. tł. nasy.: 44,73 g; Węglowodany ogółem: 352,83 g; W tym cukry: 58,12 g; Błonnik pok.: 23,83 g; Sól: 6,94 g;	Wartość energetyczna: 1851,00 kcal; Białko ogółem: 48,24 g; Tłuszcz: 61,69 g; Kw. tł. nasy.: 32,38 g; Węglowodany ogółem: 278,02 g; W tym cukry: 41,23 g; Błonnik pok.: 12,48 g; Sól: 2,98 g;	Wartość energetyczna: 2387,95 kcal; Białko ogółem: 65,90 g; Tłuszcz: 76,20 g; Kw. tł. nasy.: 44,18 g; Węglowodany ogółem: 364,92 g; W tym cukry: 82,49 g; Błonnik pok.: 20,72 g; Sól: 6,80 g;	Wartość energetyczna: 2676,42 kcal; Białko ogółem: 77,87 g; Tłuszcz: 83,06 g; Kw. tł. nasy.: 49,25 g; Węglowodany ogółem: 411,31 g; W tym cukry: 92,21 g; Błonnik pok.: 24,17 g; Sól: 9,10 g;	

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

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
2024-05-21 wtorek	Sniadanie	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ, PSZ) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa drobna drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa drobna drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa drobna drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200ml	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa drobna drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Szynkowa drobna drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Tofu 50 g (SOJ.) Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Roszponka 10 g	Chleb bezglutenowy 100 g (GLU PSZ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa drobna drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa drobna drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa drobna drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml
	II SN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml										
2024-05-21 wtorek	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej ( ) 400 ml (GLUPSZ, SEL, GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Sos ziołowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z rzepy białej i jabłka ( ) 200 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzynna z ziemniakami ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzynna z ziemniakami ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa (zmielona) 100 g Sos ziołowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - wielowarzynna z ziemniakami ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzynna z ziemniakami ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Surówka z rzepy białej i jabłka ( ) 100 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzynna z ziemniakami ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzynna z ziemniakami ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Gulasz z soczewicy i papryki ( ) 200 g (GLUPSZ, SEL.) Surówka z rzepy białej i jabłka ( ) 200 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzynna z ziemniakami ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty białej ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	
	PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)										
2024-05-21 wtorek	Kolacja	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szprot w sosie pomidorowym 50 g (RYB, SEL.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Płynna odżywcza - ziemniaczana ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Salata zielona 20 g Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szprot w sosie pomidorowym 50 g (RYB, SEL.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Salata zielona 20 g Chleb bezglutenowy 100 g (GLU PSZ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g
	PN	Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2543,45 kcal; Białko ogółem: 111,61 g; Tłuszcz: 87,06 g; Kw. tł. nasy.: 41,50 g; Węglowodany ogółem: 341,56 g; W tym cukry: 66,13 g; Błonnik pok.: 32,87 g; Sól: 6,79 g;	Wartość energetyczna: 2347,52 kcal; Białko ogółem: 100,86 g; Tłuszcz: 73,86 g; Kw. tł. nasy.: 34,06 g; Węglowodany ogółem: 333,61 g; W tym cukry: 66,99 g; Błonnik pok.: 32,15 g; Sól: 8,18 g;	Wartość energetyczna: 2412,53 kcal; Białko ogółem: 100,85 g; Tłuszcz: 74,38 g; Kw. tł. nasy.: 34,61 g; Węglowodany ogółem: 349,50 g; W tym cukry: 66,65 g; Błonnik pok.: 34,42 g; Sól: 9,11 g;	Wartość energetyczna: 2641,31 kcal; Białko ogółem: 109,16 g; Tłuszcz: 74,07 g; Kw. tł. nasy.: 34,16 g; Węglowodany ogółem: 401,59 g; W tym cukry: 70,84 g; Błonnik pok.: 38,01 g; Sól: 8,87 g;	Wartość energetyczna: 2313,35 kcal; Białko ogółem: 120,17 g; Tłuszcz: 113,84 g; Kw. tł. nasy.: 27,23 g; Węglowodany ogółem: 208,70 g; W tym cukry: 91,86 g; Błonnik pok.: 19,70 g; Sól: 3,88 g;	Wartość energetyczna: 2395,38 kcal; Białko ogółem: 111,41 g; Tłuszcz: 78,38 g; Kw. tł. nasy.: 38,85 g; Węglowodany ogółem: 364,73 g; W tym cukry: 63,48 g; Błonnik pok.: 37,03 g; Sól: 7,53 g;	Wartość energetyczna: 2425,95 kcal; Białko ogółem: 98,84 g; Tłuszcz: 73,24 g; Kw. tł. nasy.: 35,95 g; Węglowodany ogółem: 368,05 g; W tym cukry: 65,85 g; Błonnik pok.: 36,41 g; Sól: 5,23 g;	Wartość energetyczna: 2425,95 kcal; Białko ogółem: 190,61 g; Tłuszcz: 67,92 g; Kw. tł. nasy.: 27,12 g; Węglowodany ogółem: 261,99 g; W tym cukry: 41,62 g; Błonnik pok.: 23,86 g; Sól: 4,49 g;	Wartość energetyczna: 2520,68 kcal; Białko ogółem: 99,32 g; Tłuszcz: 86,09 g; Kw. tł. nasy.: 37,99 g; Węglowodany ogółem: 351,75 g; W tym cukry: 69,48 g; Błonnik pok.: 35,67 g; Sól: 8,30 g;	Wartość energetyczna: 2886,96 kcal; Białko ogółem: 121,05 g; Tłuszcz: 94,40 g; Kw. tł. nasy.: 40,70 g; Węglowodany ogółem: 404,36 g; W tym cukry: 76,82 g; Błonnik pok.: 39,08 g; Sól: 10,46 g;		

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

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 z ogr.łatwo przys.węgl.łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
2024-05-22 Środa	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE.) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE.) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE.) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml										
	Obiad	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Salatka szwedzka () 200 g (GOR.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Klopsik drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos bazyliowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Salatka szwedzka () 100 g (GOR.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Klopsik drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos bazyliowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Curry dyniowo-ziemniaczane z ciecierzycą 350 g Salatka szwedzka () 200 g (GOR.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy (bez glutenu) () 100 ml (SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ryżem () 400 g (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy (bez glutenu) () 100 ml (SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy (bez glutenu) () 100 ml (SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	PD	Budyni 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.) Pierś delikatna z kurzej polki produkt drobiowy z połączonej kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurzej polki produkt drobiowy z połączonej kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurzej polki produkt drobiowy z połączonej kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurzej polki produkt drobiowy z połączonej kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Jarzynowa z makaronem (dieta) () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurzej polki produkt drobiowy z połączonej kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurzej polki produkt drobiowy z połączonej kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurzej polki produkt drobiowy z połączonej kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurzej polki produkt drobiowy z połączonej kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurzej polki produkt drobiowy z połączonej kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)
		Wartość energetyczna: 2540,19 kcal; Białko ogółem: 110,10 g; Tłuszcz: 85,38 g; Kw. tł. nasy.: 44,98 g; Węglowodany ogółem: 344,52 g; W tym cukry: 95,22 g; Błonnik pok.: 24,84 g; Sól: 9,42 g;	Wartość energetyczna: 2520,90 kcal; Białko ogółem: 109,95 g; Tłuszcz: 85,64 g; Kw. tł. nasy.: 45,19 g; Węglowodany ogółem: 333,05 g; W tym cukry: 86,41 g; Błonnik pok.: 18,34 g; Sól: 6,77 g;	Wartość energetyczna: 2478,31 kcal; Białko ogółem: 97,90 g; Tłuszcz: 78,94 g; Kw. tł. nasy.: 41,73 g; Węglowodany ogółem: 350,11 g; W tym cukry: 89,07 g; Błonnik pok.: 19,56 g; Sól: 7,69 g;	Wartość energetyczna: 2587,71 kcal; Białko ogółem: 104,84 g; Tłuszcz: 78,77 g; Kw. tł. nasy.: 41,32 g; Węglowodany ogółem: 372,05 g; W tym cukry: 93,34 g; Błonnik pok.: 20,78 g; Sól: 7,42 g;	Wartość energetyczna: 2522,56 kcal; Białko ogółem: 126,51 g; Tłuszcz: 121,37 g; Kw. tł. nasy.: 31,73 g; Węglowodany ogółem: 337,05 g; W tym cukry: 67,41 g; Błonnik pok.: 28,15 g; Sól: 8,95 g;	Wartość energetyczna: 2435,86 kcal; Białko ogółem: 122,04 g; Tłuszcz: 82,49 g; Kw. tł. nasy.: 42,12 g; Węglowodany ogółem: 313,78 g; W tym cukry: 75,88 g; Błonnik pok.: 22,20 g; Sól: 9,62 g;	Wartość energetyczna: 2520,97 kcal; Białko ogółem: 103,96 g; Tłuszcz: 75,62 g; Kw. tł. nasy.: 38,80 g; Węglowodany ogółem: 363,01 g; W tym cukry: 75,88 g; Błonnik pok.: 22,20 g; Sól: 9,62 g;	Wartość energetyczna: 2341,98 kcal; Białko ogółem: 82,21 g; Tłuszcz: 80,92 g; Kw. tł. nasy.: 48,65 g; Węglowodany ogółem: 326,94 g; W tym cukry: 103,82 g; Błonnik pok.: 29,12 g; Sól: 8,70 g;	Wartość energetyczna: 2095,08 kcal; Białko ogółem: 77,75 g; Tłuszcz: 81,56 g; Kw. tł. nasy.: 38,33 g; Węglowodany ogółem: 264,74 g; W tym cukry: 63,84 g; Błonnik pok.: 15,70 g; Sól: 3,26 g;	Wartość energetyczna: 2733,08 kcal; Białko ogółem: 114,40 g; Tłuszcz: 110,82 g; Kw. tł. nasy.: 50,24 g; Węglowodany ogółem: 325,30 g; W tym cukry: 74,91 g; Błonnik pok.: 19,12 g; Sól: 8,99 g;	Wartość energetyczna: 3115,73 kcal; Białko ogółem: 127,80 g; Tłuszcz: 117,90 g; Kw. tł. nasy.: 55,33 g; Węglowodany ogółem: 392,84 g; W tym cukry: 92,11 g; Błonnik pok.: 22,57 g; Sól: 11,34 g;

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

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE, GLU PSZ) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, MLE, SEL) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sojowa wędziona, parzona 50 g Salata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sojowa wędziona, parzona 50 g Salata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sojowa wędziona, parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sojowa wędziona, parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywca - śniadanie RYD 700 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sojowa wędziona, parzona 50 g Salata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem 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) Szynka sojowa wędziona, parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Salata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sojowa wędziona, parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sojowa wędziona, parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sojowa wędziona, parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml
II ŚN	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE)										Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)
Obiad	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Lazanki z kapusta i mies wp z łopatką 350g (GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Sos mięsno warzywny ( ) z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Makaron 200 g (GLU PSZ) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywca - barszcz czerwony z ziemni ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Sos mięsno warzywny ( ) z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL) Brokuł gotowany* 200 g Surówka wielowarzynna z olejem b/c ( ) 100 g (SEL) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Sos mięsno warzywny ( ) z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron ze szpinakiem i twarogiem* 350 g (GLU PSZ, MLE) Surówka wielowarzynna z olejem ( ) 200 g (SEL) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron bezglutenowy 200 g Sos mięsno warzywny ( ) z mięsa wieprzowego) (bez glutenu) 150 g (SEL) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Sos mięsno warzywny ( ) z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sos mięsno warzywny ( ) z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)
PD	Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE)										Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE)
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasztet z cielęciny ( ) 70 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Ryzowa ( ) 400 ml (MLE, SEL) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Płynna odżywca - ryżowa ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasztet z cielęciny ( ) 70 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasztet z cielęciny ( ) 70 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g
PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		
	Wartość energetyczna: 2615,70 kcal; Białko ogółem: 96,23 g; Tłuszcz: 94,61 g; Kw. tł. nasy.: 40,05 g; Węglowodany ogółem: 354,04 g; W tym cukry: 77,26 g; Błonnik pok.: 35,05 g; Sol: 7,74 g;	Wartość energetyczna: 2477,17 kcal; Białko ogółem: 102,28 g; Tłuszcz: 78,84 g; Kw. tł. nasy.: 37,30 g; Węglowodany ogółem: 348,50 g; W tym cukry: 80,44 g; Błonnik pok.: 24,96 g; Sol: 6,58 g;	Wartość energetyczna: 2557,04 kcal; Białko ogółem: 101,89 g; Tłuszcz: 78,95 g; Kw. tł. nasy.: 37,75 g; Węglowodany ogółem: 395,98 g; W tym cukry: 367,26 g; Błonnik pok.: 27,46 g; Sol: 6,50 g;	Wartość energetyczna: 2686,39 kcal; Białko ogółem: 107,77 g; Tłuszcz: 78,58 g; Kw. tł. nasy.: 37,32 g; Węglowodany ogółem: 395,98 g; W tym cukry: 225,74 g; Błonnik pok.: 18,96 g; Sol: 3,92 g;	Wartość energetyczna: 2381,92 kcal; Białko ogółem: 119,57 g; Tłuszcz: 113,60 g; Kw. tł. nasy.: 27,19 g; Węglowodany ogółem: 367,26 g; W tym cukry: 92,70 g; Błonnik pok.: 18,96 g; Sol: 3,92 g;	Wartość energetyczna: 2517,71 kcal; Białko ogółem: 109,44 g; Tłuszcz: 94,24 g; Kw. tł. nasy.: 40,25 g; Węglowodany ogółem: 316,67 g; W tym cukry: 48,85 g; Błonnik pok.: 47,07 g; Sol: 8,21 g;	Wartość energetyczna: 2580,82 kcal; Białko ogółem: 110,47 g; Tłuszcz: 83,12 g; Kw. tł. nasy.: 41,20 g; Węglowodany ogółem: 356,04 g; W tym cukry: 55,31 g; Błonnik pok.: 31,66 g; Sol: 8,89 g;	Wartość energetyczna: 2646,85 kcal; Białko ogółem: 85,12 g; Tłuszcz: 95,88 g; Kw. tł. nasy.: 42,87 g; Węglowodany ogółem: 368,04 g; W tym cukry: 82,45 g; Błonnik pok.: 31,87 g; Sol: 6,86 g;	Wartość energetyczna: 2024,59 kcal; Białko ogółem: 64,30 g; Tłuszcz: 73,31 g; Kw. tł. nasy.: 30,27 g; Węglowodany ogółem: 281,64 g; W tym cukry: 55,12 g; Błonnik pok.: 19,46 g; Sol: 2,89 g;	Wartość energetyczna: 2625,02 kcal; Białko ogółem: 98,66 g; Tłuszcz: 102,00 g; Kw. tł. nasy.: 45,06 g; Węglowodany ogółem: 365,06 g; W tym cukry: 81,59 g; Błonnik pok.: 26,68 g; Sol: 7,77 g;	Wartość energetyczna: 2963,24 kcal; Białko ogółem: 129,57 g; Tłuszcz: 102,00 g; Kw. tł. nasy.: 50,16 g; Węglowodany ogółem: 392,58 g; W tym cukry: 60,06 g; Błonnik pok.: 32,43 g; Sol: 10,11 g;

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

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo 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 ŚN	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE,</u> ) Chleb Graham 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Miód (25g) 2 szt Jabłko 150 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE,</u> )	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE,</u> )	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLUPSZ,</u> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE,</u> )	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE,</u> )	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE,</u> ) Pomidor 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE,</u> ) Salata zielona 20 g	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> ) Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE,</u> ) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE,</u> )	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE,</u> )	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE,</u> ) 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> ) Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE,</u> ) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE,</u> ) 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> ) Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE,</u> ) Jabłko pieczone 150 g	
II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml											
Obiad	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Ryż Surowka z kapusty białej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB,</u> ) Warzywa po grecku () 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Ryż Sos jarzynowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Warzywa po grecku () 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g ( <u>JAJ, SEL,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB,</u> ) Surowka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku () 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB,</u> ) Surowka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku () 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 350 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Surowka z kapusty białej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB,</u> ) Warzywa po grecku (bez glutenu) () 200 g ( <u>SEL,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB,</u> ) Warzywa po grecku (z glutenu) () 200 g ( <u>SEL,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB,</u> ) Warzywa po grecku (z glutenu) () 200 g ( <u>SEL,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB,</u> ) Warzywa po grecku () 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD	Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g ( <u>GLUPSZ, 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> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa 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> ) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLUPSZ,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, SEL,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/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> ) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <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> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE,</u> )					Kanaпка z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, MLE,</u> ) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE,</u> )		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE,</u> )			Kanaпка z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ZYT,</u> ) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE,</u> )	
	Wartość energetyczna: 2722.07 kcal; Białko ogółem: 100.38 g; Tłuszcz: 92.49 g; Kw. tł. nasy.: 39.46 g; Węglowodany ogółem: 383.01 g; W tym cukry: 90.87 g; Błonnik pok.: 26.51 g; Sol: 5.55 g;	Wartość energetyczna: 2566.50 kcal; Białko ogółem: 98.28 g; Tłuszcz: 79.97 g; Kw. tł. nasy.: 38.52 g; Węglowodany ogółem: 374.42 g; W tym cukry: 90.28 g; Błonnik pok.: 25.34 g; Sol: 5.62 g;	Wartość energetyczna: 2562.63 kcal; Białko ogółem: 101.83 g; Tłuszcz: 76.55 g; Kw. tł. nasy.: 37.43 g; Węglowodany ogółem: 420.90 g; W tym cukry: 93.20 g; Błonnik pok.: 26.12 g; Sol: 7.64 g;	Wartość energetyczna: 2743.59 kcal; Białko ogółem: 105.81 g; Tłuszcz: 76.70 g; Kw. tł. nasy.: 37.38 g; Węglowodany ogółem: 420.90 g; W tym cukry: 98.70 g; Błonnik pok.: 28.76 g; Sol: 7.81 g;	Wartość energetyczna: 2563.99 kcal; Białko ogółem: 130.90 g; Tłuszcz: 123.47 g; Kw. tł. nasy.: 32.91 g; Węglowodany ogółem: 238.99 g; W tym cukry: 103.92 g; Błonnik pok.: 14.91 g; Sol: 4.15 g;	Wartość energetyczna: 2420.10 kcal; Białko ogółem: 119.88 g; Tłuszcz: 81.38 g; Kw. tł. nasy.: 39.49 g; Węglowodany ogółem: 319.73 g; W tym cukry: 77.74 g; Błonnik pok.: 33.66 g; Sol: 6.88 g;	Wartość energetyczna: 2577.02 kcal; Białko ogółem: 116.27 g; Tłuszcz: 76.73 g; Kw. tł. nasy.: 38.39 g; Węglowodany ogółem: 370.17 g; W tym cukry: 92.63 g; Błonnik pok.: 30.25 g; Sol: 10.04 g;	Wartość energetyczna: 2540.65 kcal; Białko ogółem: 81.39 g; Tłuszcz: 75.96 g; Kw. tł. nasy.: 37.94 g; Węglowodany ogółem: 333.96 g; W tym cukry: 61.93 g; Błonnik pok.: 25.39 g; Sol: 4.61 g;	Wartość energetyczna: 2077.08 kcal; Białko ogółem: 62.16 g; Tłuszcz: 71.30 g; Kw. tł. nasy.: 30.81 g; Węglowodany ogółem: 303.87 g; W tym cukry: 61.93 g; Błonnik pok.: 19.80 g; Sol: 2.63 g;	Wartość energetyczna: 2561.27 kcal; Białko ogółem: 98.82 g; Tłuszcz: 80.15 g; Kw. tł. nasy.: 38.56 g; Węglowodany ogółem: 372.71 g; W tym cukry: 93.38 g; Błonnik pok.: 26.59 g; Sol: 6.59 g;	Wartość energetyczna: 2896.86 kcal; Białko ogółem: 129.54 g; Tłuszcz: 88.04 g; Kw. tł. nasy.: 43.72 g; Węglowodany ogółem: 411.83 g; W tym cukry: 109.28 g; Błonnik pok.: 31.76 g; Sol: 9.37 g;	



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

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwostrawna z ogr. tłuszczy	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 z ogr.łatwo przysw. w.łatwostrawna z ogr. tłuszczy	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
2024-05-25 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Chleb Graham 70 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane, wędz. parz w ost. niejadalne) 140 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Ketchup 20 g ( <u>SEL,</u> ) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Salata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Polewica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Polewica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Polewica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> )	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Polewica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Polewica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Szywnka Piastowska- wp. wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Szywnka Piastowska- wp. wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Polewica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Sok pomidorowy 200 ml
		II SN	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )						Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )			
2024-05-25 sobota	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami (l) 400 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL,</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ,</u> ) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem (l) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (l) 400 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL,</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ,</u> ) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem (l) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (l) 400 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL,</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ,</u> ) Pulpet drobiowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Buraczki podprawiane -drobno tarte (l) 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (l) 400 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL,</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ,</u> ) Pulpet drobiowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Buraczki podprawiane -drobno tarte (l) 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana (l) RYD 700 g ( <u>JAJ, SEL,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami (l) 400 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL,</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ,</u> ) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem (l) 100 g Surówka wykwitna z olejem b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (l) 400 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL,</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ,</u> ) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Buraczki podprawiane -drobno tarte (l) 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami (l) 400 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL,</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ,</u> ) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem (l) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) (l) 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Ryz na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g ( <u>JAJ,</u> ) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Salatka z buraczków i jabłka z olejem (l) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami (l) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ,</u> ) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Buraczki podprawiane -drobno tarte (l) 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
		PD	Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml ( <u>MLE,</u> )						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200ml ( <u>MLE,</u> )			
2024-05-25 sobota	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Szywnka dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Szywnka dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLUPSZ,</u> ) Selerowa z makaronem (l) 400 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Szywnka dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płynna odżywcza - selerowa z makaronem (l) RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Szywnka dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Szywnka dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Ser topiony 50 g ( <u>MLE,</u> ) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Szywnka dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Ser topiony 50 g ( <u>MLE,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
		PN	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Wafle ryżowe 20 g		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE,</u> )		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <u>MLE,</u> )		Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Wafle ryżowe 20 g		Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,</u> ) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <u>MLE,</u> )	
	Wartość energetyczna: 2762,37 kcal; Białko ogółem: 110,19 g; Tłuszcz: 104,12 g; Kw. tł. nasy.: 46,40 g; Węglowodany ogółem: 356,91 g; W tym cukry: 71,30 g; Błonnik pok.: 29,79 g; Sol: 11,94 g;	Wartość energetyczna: 2526,45 kcal; Białko ogółem: 97,15 g; Tłuszcz: 83,14 g; Kw. tł. nasy.: 39,03 g; Węglowodany ogółem: 357,03 g; W tym cukry: 69,07 g; Błonnik pok.: 27,78 g; Sol: 8,90 g;	Wartość energetyczna: 2689,48 kcal; Białko ogółem: 99,10 g; Tłuszcz: 72,82 g; Kw. tł. nasy.: 38,08 g; Węglowodany ogółem: 384,23 g; W tym cukry: 86,16 g; Błonnik pok.: 27,61 g; Sol: 8,96 g;	Wartość energetyczna: 2462,59 kcal; Białko ogółem: 104,54 g; Tłuszcz: 74,49 g; Kw. tł. nasy.: 37,73 g; Węglowodany ogółem: 410,25 g; W tym cukry: 100,29 g; Błonnik pok.: 31,38 g; Sol: 8,90 g;	Wartość energetyczna: 2378,32 kcal; Białko ogółem: 125,67 g; Tłuszcz: 122,18 g; Kw. tł. nasy.: 32,03 g; Węglowodany ogółem: 225,04 g; W tym cukry: 103,77 g; Błonnik pok.: 20,61 g; Sol: 5,02 g;	Wartość energetyczna: 2475,44 kcal; Białko ogółem: 105,08 g; Tłuszcz: 75,35 g; Kw. tł. nasy.: 40,72 g; Węglowodany ogółem: 351,79 g; W tym cukry: 52,57 g; Błonnik pok.: 29,44 g; Sol: 11,59 g;	Wartość energetyczna: 2263,95 kcal; Białko ogółem: 103,73 g; Tłuszcz: 85,29 g; Kw. tł. nasy.: 43,77 g; Węglowodany ogółem: 352,38 g; W tym cukry: 68,48 g; Błonnik pok.: 36,93 g; Sol: 7,33 g;	Wartość energetyczna: 2107,06 kcal; Białko ogółem: 65,66 g; Tłuszcz: 79,49 g; Kw. tł. nasy.: 31,58 g; Węglowodany ogółem: 287,58 g; W tym cukry: 42,15 g; Błonnik pok.: 16,42 g; Sol: 4,94 g;	Wartość energetyczna: 2601,88 kcal; Białko ogółem: 96,72 g; Tłuszcz: 84,80 g; Kw. tł. nasy.: 45,62 g; Węglowodany ogółem: 369,35 g; W tym cukry: 86,45 g; Błonnik pok.: 26,64 g; Sol: 8,89 g;	Wartość energetyczna: 2833,30 kcal; Białko ogółem: 125,34 g; Tłuszcz: 97,17 g; Kw. tł. nasy.: 50,69 g; Węglowodany ogółem: 373,29 g; W tym cukry: 64,64 g; Błonnik pok.: 31,56 g; Sol: 12,18 g;		

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

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
2024-05-26 niedziela	II SN	Chleb Graham 70 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo o smaku naturalnym z ziolami 100 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo o smaku naturalnym z ziolami 100 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLUPSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo o smaku naturalnym z ziolami 100 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ) Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo o smaku naturalnym z ziolami 100 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Mus z jabłek ( ) b/c 100 g
							Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
2024-05-26 niedziela	Obiad	Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Kotlet schabowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Mizerna 200 g ( <u>MLE</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Schab gotowany -zmielony 100 g Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Warzywa po grecku ( ) b/c 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Schab gotowany -zmielony 100 g Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Warzywa po grecku ( ) b/c 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - pomidorowa z makaronem ( ) RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Mizerna 100 g ( <u>MLE</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Warzywa po grecku ( ) b/c 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Falefele gotowy 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Mizerna 200 g ( <u>MLE</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g	Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
							Kefir 2 % tł 200g 1 szt ( <u>MLE</u> )					Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> )
2024-05-26 niedziela	Kolacja	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLUPSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ryżowa ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - ryżowa ( ) RYD 700 g ( <u>JAJ, SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	
			Przecier owocowo-warzywny jabko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE.</u> )		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</u> )	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</u> )	Przecier owocowo-warzywny jabko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE.</u> )	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</u> )	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</u> )	
	Wartość energetyczna: 2281,27 kcal; Białko ogółem: 89,95 g; Tłuszcz: 84,46 g; Kw. tł. nasy.: 41,38 g; Węglowodany ogółem: 299,62 g; W tym cukry: 58,69 g; Błonnik pok.: 22,33 g; Sól: 7,17 g;	Wartość energetyczna: 2005,28 kcal; Białko ogółem: 100,19 g; Tłuszcz: 56,13 g; Kw. tł. nasy.: 29,57 g; Węglowodany ogółem: 277,78 g; W tym cukry: 51,68 g; Błonnik pok.: 16,65 g; Sól: 6,03 g;	Wartość energetyczna: 2135,86 kcal; Białko ogółem: 98,41 g; Tłuszcz: 59,77 g; Kw. tł. nasy.: 30,12 g; Węglowodany ogółem: 312,19 g; W tym cukry: 62,58 g; Błonnik pok.: 27,32 g; Sól: 7,25 g;	Wartość energetyczna: 2545,16 kcal; Białko ogółem: 118,21 g; Tłuszcz: 66,47 g; Kw. tł. nasy.: 33,72 g; Węglowodany ogółem: 380,76 g; W tym cukry: 91,79 g; Błonnik pok.: 28,87 g; Sól: 7,34 g;	Wartość energetyczna: 2465,95 kcal; Białko ogółem: 123,48 g; Tłuszcz: 114,57 g; Kw. tł. nasy.: 27,35 g; Węglowodany ogółem: 240,94 g; W tym cukry: 82,53 g; Błonnik pok.: 18,01 g; Sól: 3,88 g;	Wartość energetyczna: 2334,21 kcal; Białko ogółem: 113,73 g; Tłuszcz: 66,59 g; Kw. tł. nasy.: 45,35 g; Węglowodany ogółem: 276,36 g; W tym cukry: 39,45 g; Błonnik pok.: 30,15 g; Sól: 8,26 g;	Wartość energetyczna: 2334,21 kcal; Białko ogółem: 113,73 g; Tłuszcz: 81,23 g; Kw. tł. nasy.: 35,21 g; Węglowodany ogółem: 331,90 g; W tym cukry: 39,45 g; Błonnik pok.: 33,07 g; Sól: 9,51 g;	Wartość energetyczna: 2183,02 kcal; Białko ogółem: 73,64 g; Tłuszcz: 81,23 g; Kw. tł. nasy.: 40,91 g; Węglowodany ogółem: 247,43 g; W tym cukry: 58,01 g; Błonnik pok.: 18,61 g; Sól: 5,67 g;	Wartość energetyczna: 1830,54 kcal; Białko ogółem: 78,73 g; Tłuszcz: 57,66 g; Kw. tł. nasy.: 26,59 g; Węglowodany ogółem: 247,43 g; W tym cukry: 42,88 g; Błonnik pok.: 11,41 g; Sól: 3,10 g;	Wartość energetyczna: 2166,73 kcal; Białko ogółem: 99,24 g; Tłuszcz: 69,00 g; Kw. tł. nasy.: 40,02 g; Węglowodany ogółem: 292,28 g; W tym cukry: 51,47 g; Błonnik pok.: 18,81 g; Sól: 7,98 g;	Wartość energetyczna: 2403,08 kcal; Białko ogółem: 114,36 g; Tłuszcz: 78,82 g; Kw. tł. nasy.: 47,13 g; Węglowodany ogółem: 315,99 g; W tym cukry: 29,54 g; Błonnik pok.: 24,56 g; Sól: 10,25 g;	

### **Oznaczenia alergenów:**

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

### **Oznaczenia wskaźników odż.:**

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

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

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwostrawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Vegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb Graham 70 g (GLU, PSZ.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa wędzona 50g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Sałata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa wędzona 50g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Sałata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa wędzona 50g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa wędzona 50g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Płynna odtwycza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU, JECZ.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa wędzona 50g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa wędzona 50g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa wędzona 50g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa wędzona 50g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa wędzona 50g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Jabłko pieczone 150 g
Tł.SN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)							Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)			
Obiad	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą ( ) 200 g (GLU, PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (GLU, PSZ, SOJ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos koperkowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odtwycza - brokułowa z ryżem ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą ( ) 200 g (GLU, PSZ, SEL.) Sos koperkowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą ( ) 200 g (GLU, PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* (bez glutenu) 200 g (SOJ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (GLU, PSZ, SOJ, SEL.) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (GLU, PSZ, SOJ, SEL.) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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			
Kolejnia	Roszonka 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twaróg półtłusty 50 g Szczerb w sosie pomidorowym 50 g (RYB, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	Roszonka 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Jarzynowa z makaronem dieta ( ) 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odtwycza - jarzynowa z makaronem ( ) RYD 700 g (GLU, PSZ, JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Roszonka 10 g Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Szczerb w sosie pomidorowym 50 g (RYB, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 90 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) 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 Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE.</u> )			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU, ŻYT.) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE.</u> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU, ŻYT.) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE.</u> )	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE.</u> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU, ŻYT.) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE.</u> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU, ŻYT.) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE.</u> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU, ŻYT.) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE.</u> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU, ŻYT.) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE.</u> )
	Wartość energetyczna: 2415.31 kcal; Białko ogółem: 86.30 g; Tłuszcz: 76.31 g; Kw. tł. nasy.: 35.80 g; Węglowodany ogółem: 361.14 g; W tym cukry: 92.66 g; Błonnik pok.: 37.43 g; Sól: 7.78 g;	Wartość energetyczna: 2317.72 kcal; Białko ogółem: 84.90 g; Tłuszcz: 74.23 g; Kw. tł. nasy.: 35.28 g; Węglowodany ogółem: 340.57 g; W tym cukry: 89.13 g; Błonnik pok.: 32.97 g; Sól: 7.93 g;	Wartość energetyczna: 2427.57 kcal; Białko ogółem: 97.77 g; Tłuszcz: 75.83 g; Kw. tł. nasy.: 36.50 g; Węglowodany ogółem: 351.71 g; W tym cukry: 97.14 g; Błonnik pok.: 32.12 g; Sól: 8.49 g;	Wartość energetyczna: 2520.86 kcal; Białko ogółem: 104.71 g; Tłuszcz: 75.66 g; Kw. tł. nasy.: 36.09 g; Węglowodany ogółem: 373.65 g; W tym cukry: 101.41 g; Błonnik pok.: 33.34 g; Sól: 8.22 g;	Wartość energetyczna: 2520.86 kcal; Białko ogółem: 127.89 g; Tłuszcz: 117.74 g; Kw. tł. nasy.: 28.24 g; Węglowodany ogółem: 247.48 g; W tym cukry: 96.98 g; Błonnik pok.: 26.62 g; Sól: 4.94 g;	Wartość energetyczna: 2312.51 kcal; Białko ogółem: 89.21 g; Tłuszcz: 74.37 g; Kw. tł. nasy.: 36.02 g; Węglowodany ogółem: 340.35 g; W tym cukry: 76.42 g; Błonnik pok.: 43.82 g; Sól: 8.13 g;	Wartość energetyczna: 2439.18 kcal; Białko ogółem: 96.20 g; Tłuszcz: 74.09 g; Kw. tł. nasy.: 36.77 g; Węglowodany ogółem: 359.94 g; W tym cukry: 85.66 g; Błonnik pok.: 32.58 g; Sól: 9.94 g;	Wartość energetyczna: 2482.33 kcal; Białko ogółem: 87.46 g; Tłuszcz: 85.48 g; Kw. tł. nasy.: 43.90 g; Węglowodany ogółem: 268.02 g; W tym cukry: 94.27 g; Błonnik pok.: 35.09 g; Sól: 7.62 g;	Wartość energetyczna: 1870.31 kcal; Białko ogółem: 50.28 g; Tłuszcz: 69.37 g; Kw. tł. nasy.: 28.16 g; Węglowodany ogółem: 268.02 g; W tym cukry: 67.56 g; Błonnik pok.: 24.26 g; Sól: 4.11 g;	Wartość energetyczna: 2458.18 kcal; Białko ogółem: 82.26 g; Tłuszcz: 85.56 g; Kw. tł. nasy.: 42.70 g; Węglowodany ogółem: 355.27 g; W tym cukry: 99.83 g; Błonnik pok.: 35.37 g; Sól: 9.69 g;	Wartość energetyczna: 2788.68 kcal; Białko ogółem: 103.62 g; Tłuszcz: 93.84 g; Kw. tł. nasy.: 45.39 g; Węglowodany ogółem: 399.38 g; W tym cukry: 98.69 g; Błonnik pok.: 38.78 g; Sól: 11.81 g;

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

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

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

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Latwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Latwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Latwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.latwo przys.wegl/Latwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Vegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Jabłko 150 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Salata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU OW.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Tofu 50 g (SOJ.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g (MLE) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml
Tł.SN						Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko pieczone 150 g
Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet mielony drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysiwka () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Płynna odżywcza - grysiwka RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysiwka () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Zapiekanek z ziemnioków i warzyw () 350 g (JAJ, MLE, SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Zapiekanek z ziemnioków i warzyw () 350 g (JAJ, MLE, SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte (bez glutenu) () 100 ml (SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez glutenu) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 100 g (JAJ.) Sos jarzynowy (bez glutenu) 100 ml (SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez glutenu) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysiwka () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez glutenu) 100 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE)
Kolejka	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płynna odżywcza - ryżowa RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata lodowa 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g (MLE) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
PN		Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.) Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.) Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.) Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
	Wartość energetyczna: 2894.84 kcal; Białko ogółem: 112.59 g; Tłuszcz: 100.91 g; Kw. tł. nasy.: 44.35 g; Węglowodany ogółem: 399.95 g; W tym cukry: 82.96 g; Błonnik pok.: 35.60 g; Sól: 8.00 g;	Wartość energetyczna: 2319.56 kcal; Białko ogółem: 97.25 g; Tłuszcz: 63.09 g; Kw. tł. nasy.: 32.60 g; Węglowodany ogółem: 351.92 g; W tym cukry: 82.10 g; Błonnik pok.: 27.52 g; Sól: 6.87 g;	Wartość energetyczna: 2314.34 kcal; Białko ogółem: 99.31 g; Tłuszcz: 62.61 g; Kw. tł. nasy.: 32.57 g; Węglowodany ogółem: 347.04 g; W tym cukry: 69.74 g; Błonnik pok.: 27.85 g; Sól: 7.80 g;	Wartość energetyczna: 2445.69 kcal; Białko ogółem: 105.19 g; Tłuszcz: 62.24 g; Kw. tł. nasy.: 32.14 g; Węglowodany ogółem: 375.76 g; W tym cukry: 73.33 g; Błonnik pok.: 28.63 g; Sól: 7.52 g;	Wartość energetyczna: 2524.91 kcal; Białko ogółem: 105.99 g; Tłuszcz: 83.02 g; Kw. tł. nasy.: 28.45 g; Węglowodany ogółem: 246.12 g; W tym cukry: 95.92 g; Błonnik pok.: 23.70 g; Sól: 4.16 g;	Wartość energetyczna: 2466.80 kcal; Białko ogółem: 93.45 g; Tłuszcz: 58.74 g; Kw. tł. nasy.: 42.47 g; Węglowodany ogółem: 342.70 g; W tym cukry: 62.16 g; Błonnik pok.: 38.41 g; Sól: 9.19 g;	Wartość energetyczna: 2268.47 kcal; Białko ogółem: 93.45 g; Tłuszcz: 58.74 g; Kw. tł. nasy.: 31.73 g; Węglowodany ogółem: 351.34 g; W tym cukry: 65.88 g; Błonnik pok.: 31.16 g; Sól: 8.92 g;	Wartość energetyczna: 2506.29 kcal; Białko ogółem: 95.11 g; Tłuszcz: 83.39 g; Kw. tł. nasy.: 41.46 g; Węglowodany ogółem: 359.33 g; W tym cukry: 93.70 g; Błonnik pok.: 36.17 g; Sól: 5.39 g;	Wartość energetyczna: 1897.11 kcal; Białko ogółem: 67.08 g; Tłuszcz: 58.81 g; Kw. tł. nasy.: 25.88 g; Węglowodany ogółem: 280.24 g; W tym cukry: 57.30 g; Błonnik pok.: 19.59 g; Sól: 3.56 g;	Wartość energetyczna: 2314.34 kcal; Białko ogółem: 99.31 g; Tłuszcz: 62.61 g; Kw. tł. nasy.: 32.57 g; Węglowodany ogółem: 347.04 g; W tym cukry: 69.74 g; Błonnik pok.: 27.85 g; Sól: 7.80 g;	Wartość energetyczna: 2562.68 kcal; Białko ogółem: 108.37 g; Tłuszcz: 67.62 g; Kw. tł. nasy.: 36.09 g; Węglowodany ogółem: 390.93 g; W tym cukry: 84.50 g; Błonnik pok.: 33.28 g; Sól: 9.30 g;

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

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwostrawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Chleb Graham 70 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 80 g ( <u>MLE,</u> ) Ogórek świeży 100 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> )	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE,</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> )	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Twarożek 100 g ( <u>MLE,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Sok marchwiowy 200 ml	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Twarożek 100 g ( <u>MLE,</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> )	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g ( <u>MLE,</u> ) Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Twarożek 100 g ( <u>MLE,</u> ) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Twarożek 100 g ( <u>MLE,</u> ) Sok marchwiowy 200 ml	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g ( <u>MLE,</u> ) Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE,</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Ser topiony 50 g ( <u>MLE,</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Sok marchwiowy 200 ml	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Ser topiony 50 g ( <u>MLE,</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Sok marchwiowy 200 ml
Tł.SN						Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )	Jabłko pieczone 150 g				Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u> ) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g ( <u>SEL,</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Surówka z selera i jabłka z olejem () 200 g ( <u>SEL,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g ( <u>SEL,</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g ( <u>JAJ, SEL,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g ( <u>JAJ, SEL,</u> ) Risotto wegetariańskie z tofu. () 350 g ( <u>SOJ, SEL,</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g ( <u>SEL,</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u> ) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g ( <u>SEL,</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g ( <u>SEL,</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem () 200 g ( <u>SEL,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g ( <u>SEL,</u> ) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u> ) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g ( <u>SEL,</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u> ) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g ( <u>SEL,</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD						Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka soltysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Salatka jarzynowa z olejem () 100 g ( <u>SEL,</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 soltysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salatka jarzynowa z olejem () 100 g ( <u>SEL,</u> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka soltysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka soltysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Salatka jarzynowa z olejem () 100 g ( <u>SEL,</u> ) 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 soltysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Salatka jarzynowa z olejem () 100 g ( <u>SEL,</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Hummus 100 g ( <u>SEZ,</u> ) Salatka jarzynowa z olejem () 100 g ( <u>SEL,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka soltysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Salatka jarzynowa z olejem () 100 g ( <u>SEL,</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 soltysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE,</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka soltysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE,</u> )	
PN	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE,</u> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,</u> ) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE,</u> )	Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Wafle ryżowe 20 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE,</u> )	Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE,</u> )	Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE,</u> )	Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE,</u> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,</u> ) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE,</u> )
	Wartość energetyczna: 2784,78 kcal; Białko ogółem: 111,02 g; Tłuszcz: 94,37 g; Kw. tł. nasy.: 43,54 g; Węglowodany ogółem: 391,54 g; W tym cukry: 73,50 g; Błonnik pok.: 40,21 g; Sól: 7,06 g;	Wartość energetyczna: 2736,84 kcal; Białko ogółem: 108,07 g; Tłuszcz: 97,47 g; Kw. tł. nasy.: 42,86 g; Węglowodany ogółem: 368,93 g; W tym cukry: 68,78 g; Błonnik pok.: 26,91 g; Sól: 6,81 g;	Wartość energetyczna: 2764,44 kcal; Białko ogółem: 107,66 g; Tłuszcz: 97,14 g; Kw. tł. nasy.: 42,75 g; Węglowodany ogółem: 375,17 g; W tym cukry: 76,14 g; Błonnik pok.: 27,26 g; Sól: 6,86 g;	Wartość energetyczna: 2793,14 kcal; Białko ogółem: 112,92 g; Tłuszcz: 90,33 g; Kw. tł. nasy.: 38,14 g; Węglowodany ogółem: 392,55 g; W tym cukry: 79,42 g; Błonnik pok.: 31,45 g; Sól: 6,40 g;	Wartość energetyczna: 2490,34 kcal; Białko ogółem: 128,22 g; Tłuszcz: 117,06 g; Kw. tł. nasy.: 28,07 g; Węglowodany ogółem: 239,64 g; W tym cukry: 96,10 g; Błonnik pok.: 23,47 g; Sól: 4,19 g;	Wartość energetyczna: 2269,22 kcal; Białko ogółem: 85,86 g; Tłuszcz: 89,47 g; Kw. tł. nasy.: 37,90 g; Węglowodany ogółem: 308,16 g; W tym cukry: 34,93 g; Błonnik pok.: 38,71 g; Sól: 7,15 g;	Wartość energetyczna: 2456,41 kcal; Białko ogółem: 91,37 g; Tłuszcz: 89,47 g; Kw. tł. nasy.: 39,68 g; Węglowodany ogółem: 333,80 g; W tym cukry: 56,09 g; Błonnik pok.: 31,61 g; Sól: 7,74 g;	Wartość energetyczna: 2954,07 kcal; Białko ogółem: 96,17 g; Tłuszcz: 116,03 g; Kw. tł. nasy.: 42,84 g; Węglowodany ogółem: 394,98 g; W tym cukry: 74,65 g; Błonnik pok.: 38,57 g; Sól: 7,83 g;	Wartość energetyczna: 2251,67 kcal; Białko ogółem: 71,25 g; Tłuszcz: 90,89 g; Kw. tł. nasy.: 35,79 g; Węglowodany ogółem: 294,08 g; W tym cukry: 44,05 g; Błonnik pok.: 21,16 g; Sól: 3,50 g;	Wartość energetyczna: 2728,46 kcal; Białko ogółem: 96,15 g; Tłuszcz: 101,42 g; Kw. tł. nasy.: 48,54 g; Węglowodany ogółem: 364,17 g; W tym cukry: 83,97 g; Błonnik pok.: 24,65 g; Sól: 7,64 g;	Wartość energetyczna: 2743,43 kcal; Białko ogółem: 97,94 g; Tłuszcz: 101,80 g; Kw. tł. nasy.: 49,61 g; Węglowodany ogółem: 366,10 g; W tym cukry: 65,82 g; Błonnik pok.: 27,04 g; Sól: 8,90 g;

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

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 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 pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Dżem brzoskwinowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko 150 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE.)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Dżem brzoskwinowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko 150 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE.)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Dżem brzoskwinowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Dżem brzoskwinowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Dżem brzoskwinowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko 150 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Dżem brzoskwinowy 60 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko 150 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE.)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g
Tł.SN						Jabłko 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)				Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)
Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Salatka z kapusty czerwonej z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( RYB.) Szpinał gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, 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.) Szpinał gotowany 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	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( RYB.) Salatka z kapusty czerwonej z olejem ( ) 200 g Szpinał gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( RYB.) Szpinał gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kotlety gryczane z cebulką i twarogiem 350 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Salatka z kapusty czerwonej z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( RYB.) Szpinał gotowany z olejem. (bez glutenu)* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( RYB.) Szpinał gotowany z olejem. (bez glutenu)* 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( RYB.) Szpinał gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( RYB.) Szpinał gotowany 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.)
Kolejnia	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Ryzowa ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Ryzowa ( ) 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.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Salata zielona 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	
	Wartość energetyczna: 2653,35 kcal; Białko ogółem: 109,22 g; Tłuszcz: 90,64 g; Kw. tł. nasy.: 40,33 g; Węglowodany ogółem: 363,31 g; W tym cukry: 90,14 g; Błonnik pok.: 29,46 g; Sól: 6,24 g;	Wartość energetyczna: 2439,14 kcal; Białko ogółem: 106,85 g; Tłuszcz: 79,96 g; Kw. tł. nasy.: 39,42 g; Węglowodany ogółem: 333,48 g; W tym cukry: 77,33 g; Błonnik pok.: 23,18 g; Sól: 6,20 g;	Wartość energetyczna: 2417,44 kcal; Białko ogółem: 108,73 g; Tłuszcz: 75,65 g; Kw. tł. nasy.: 36,58 g; Węglowodany ogółem: 337,18 g; W tym cukry: 78,76 g; Błonnik pok.: 24,34 g; Sól: 8,33 g;	Wartość energetyczna: 2576,38 kcal; Białko ogółem: 110,16 g; Tłuszcz: 75,25 g; Kw. tł. nasy.: 36,18 g; Węglowodany ogółem: 377,39 g; W tym cukry: 82,36 g; Błonnik pok.: 25,28 g; Sól: 8,23 g;	Wartość energetyczna: 2602,65 kcal; Białko ogółem: 131,00 g; Tłuszcz: 124,44 g; Kw. tł. nasy.: 32,73 g; Węglowodany ogółem: 249,78 g; W tym cukry: 108,95 g; Błonnik pok.: 23,58 g; Sól: 5,19 g;	Wartość energetyczna: 2328,20 kcal; Białko ogółem: 112,26 g; Tłuszcz: 89,86 g; Kw. tł. nasy.: 47,15 g; Węglowodany ogółem: 284,03 g; W tym cukry: 65,53 g; Błonnik pok.: 30,89 g; Sól: 6,88 g;	Wartość energetyczna: 2353,60 kcal; Białko ogółem: 115,86 g; Tłuszcz: 76,37 g; Kw. tł. nasy.: 37,53 g; Węglowodany ogółem: 311,35 g; W tym cukry: 66,91 g; Błonnik pok.: 23,30 g; Sól: 9,20 g;	Wartość energetyczna: 2695,42 kcal; Białko ogółem: 96,67 g; Tłuszcz: 98,13 g; Kw. tł. nasy.: 42,17 g; Węglowodany ogółem: 368,44 g; W tym cukry: 93,86 g; Błonnik pok.: 29,13 g; Sól: 5,42 g;	Wartość energetyczna: 1993,18 kcal; Białko ogółem: 71,40 g; Tłuszcz: 73,90 g; Kw. tł. nasy.: 32,20 g; Węglowodany ogółem: 265,08 g; W tym cukry: 50,68 g; Błonnik pok.: 14,98 g; Sól: 2,41 g;	Wartość energetyczna: 2434,82 kcal; Białko ogółem: 105,15 g; Tłuszcz: 79,14 g; Kw. tł. nasy.: 38,07 g; Węglowodany ogółem: 336,38 g; W tym cukry: 78,23 g; Błonnik pok.: 23,96 g; Sól: 7,15 g;	Wartość energetyczna: 2790,06 kcal; Białko ogółem: 134,50 g; Tłuszcz: 102,09 g; Kw. tł. nasy.: 51,37 g; Węglowodany ogółem: 346,37 g; W tym cukry: 78,43 g; Błonnik pok.: 26,39 g; Sól: 9,69 g;



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

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane, wędz. parz w osłonce niejadalnej) 140 g (GLU PSZ) Musztarda 20 g (GOR.) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Tofu 50 g (SOJ.) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pasztet Ciecchanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wlepowych Pasztet Ciecchanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wlepowych pieczoney 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pasztet Ciecchanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wlepowych pieczoney 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt
II SN	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE)										Jabłko pieczone 150 g
Obiad	Grochowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU PSZ, SEL.) Zrazik wołowy mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU PSZ, SEL.) Zrazik wołowy mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU PSZ, SEL.) Zrazik wołowy mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - selerowa z ziemniakami ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU PSZ, SEL.) Zrazik wołowy mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU PSZ, SEL.) Zrazik wołowy mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kaszotto jęczmiennie z warzywami i soczewicą wegetariańskie ( ) 350 g (SEL, GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Gulasz wołowy (bez glutenu) 200 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU PSZ, SEL.) Zrazik wołowy mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU PSZ, SEL.) Zrazik wołowy mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU PSZ, SEL.) Zrazik wołowy mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml										Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem ( ) 80 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Gryskowa ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem ( ) 100 g (SEL.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Gryskowa ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem ( ) 100 g (SEL.)	Płynna odżywcza - gryskowa ( ) RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem ( ) 100 g (SEL.)	Chleb 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) Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem ( ) 80 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem ( ) 100 g (SEL.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem ( ) 100 g (SEL.)
PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE.</u> )					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE)		Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE.</u> )		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE)	
	Wartość energetyczna: 2868.75 kcal; Białko ogółem: 114.00 g; Tłuszcz: 101.34 g; Kw. tł. nasy.: 42.35 g; Węglowodany ogółem: 389.29 g; W tym cukry: 80.71 g; Błonnik pok.: 35.46 g; Sól: 10.47 g;	Wartość energetyczna: 2507.63 kcal; Białko ogółem: 95.67 g; Tłuszcz: 79.44 g; Kw. tł. nasy.: 35.17 g; Węglowodany ogółem: 365.14 g; W tym cukry: 83.46 g; Błonnik pok.: 31.63 g; Sól: 8.15 g;	Wartość energetyczna: 2586.22 kcal; Białko ogółem: 94.83 g; Tłuszcz: 80.68 g; Kw. tł. nasy.: 35.22 g; Węglowodany ogółem: 382.53 g; W tym cukry: 100.33 g; Błonnik pok.: 30.85 g; Sól: 8.23 g;	Wartość energetyczna: 2616.06 kcal; Białko ogółem: 101.84 g; Tłuszcz: 69.12 g; Kw. tł. nasy.: 33.78 g; Węglowodany ogółem: 410.07 g; W tym cukry: 109.23 g; Błonnik pok.: 32.00 g; Sól: 7.98 g;	Wartość energetyczna: 2497.92 kcal; Białko ogółem: 122.44 g; Tłuszcz: 116.28 g; Kw. tł. nasy.: 27.80 g; Węglowodany ogółem: 249.98 g; W tym cukry: 110.62 g; Błonnik pok.: 24.12 g; Sól: 4.31 g;	Wartość energetyczna: 2378.69 kcal; Białko ogółem: 109.07 g; Tłuszcz: 78.52 g; Kw. tł. nasy.: 36.30 g; Węglowodany ogółem: 410.07 g; W tym cukry: 61.17 g; Błonnik pok.: 37.41 g; Sól: 9.71 g;	Wartość energetyczna: 2483.70 kcal; Białko ogółem: 98.38 g; Tłuszcz: 80.71 g; Kw. tł. nasy.: 36.55 g; Węglowodany ogółem: 353.13 g; W tym cukry: 69.37 g; Błonnik pok.: 34.83 g; Sól: 9.55 g;	Wartość energetyczna: 2527.66 kcal; Białko ogółem: 85.86 g; Tłuszcz: 83.13 g; Kw. tł. nasy.: 33.09 g; Węglowodany ogółem: 299.45 g; W tym cukry: 84.63 g; Błonnik pok.: 37.92 g; Sól: 4.50 g;	Wartość energetyczna: 2177.38 kcal; Białko ogółem: 73.20 g; Tłuszcz: 79.05 g; Kw. tł. nasy.: 29.07 g; Węglowodany ogółem: 299.45 g; W tym cukry: 58.74 g; Błonnik pok.: 22.55 g; Sól: 4.50 g;	Wartość energetyczna: 2637.74 kcal; Białko ogółem: 103.50 g; Tłuszcz: 79.87 g; Kw. tł. nasy.: 36.00 g; Węglowodany ogółem: 414.16 g; W tym cukry: 106.44 g; Błonnik pok.: 31.47 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 2807.21 kcal; Białko ogółem: 114.39 g; Tłuszcz: 83.41 g; Kw. tł. nasy.: 39.04 g; Węglowodany ogółem: 414.16 g; W tym cukry: 98.23 g; Błonnik pok.: 39.25 g; Sól: 8.38 g;

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

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwostrawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Chleb Graham 70 g (GLU PSZ, PSZ.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Salami kiełbasa wiewprzowo-wolowa drobno rozdrobniona surowo wędzona,dojrzewająca, wędzona. 50 g (SOJ, SEL, GOR.) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa wiewprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Salata zielona 20 g	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa wiewprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW, OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa wiewprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU OW, OW.) Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa wiewprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa wiewprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa wiewprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa wiewprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g
Tłuszcz							Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml				Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlety sojowe 100 g (SOJ, SEL.) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD							Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)				Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)
Kolejacja	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z twarogu i słończnika z natką pietruszki 100 g (MLE) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (MLE) Salata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z twarogu i słończnika z natką pietruszki 100 g (MLE) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	
PN	Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE.) Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszaný 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszaný 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	
	Wartość energetyczna: 2381.45 kcal; Białko ogółem: 106.99 g; Tłuszcz: 93.87 g; Kw. tł. nasy.: 42.07 g; Węglowodany ogółem: 287.43 g; W tym cukry: 65.97 g; Błonnik pok.: 25.69 g; Sól: 7.45 g;	Wartość energetyczna: 2148.81 kcal; Białko ogółem: 106.62 g; Tłuszcz: 75.55 g; Kw. tł. nasy.: 36.70 g; Węglowodany ogółem: 270.64 g; W tym cukry: 55.41 g; Błonnik pok.: 21.62 g; Sól: 6.69 g;	Wartość energetyczna: 2036.68 kcal; Białko ogółem: 85.90 g; Tłuszcz: 58.69 g; Kw. tł. nasy.: 31.96 g; Węglowodany ogółem: 301.66 g; W tym cukry: 59.91 g; Błonnik pok.: 27.04 g; Sól: 7.39 g;	Wartość energetyczna: 2484.77 kcal; Białko ogółem: 113.84 g; Tłuszcz: 70.02 g; Kw. tł. nasy.: 36.91 g; Węglowodany ogółem: 362.55 g; W tym cukry: 80.58 g; Błonnik pok.: 30.93 g; Sól: 7.54 g;	Wartość energetyczna: 2553.15 kcal; Białko ogółem: 126.73 g; Tłuszcz: 120.08 g; Kw. tł. nasy.: 28.52 g; Węglowodany ogółem: 250.12 g; W tym cukry: 109.32 g; Błonnik pok.: 22.44 g; Sól: 4.16 g;	Wartość energetyczna: 2326.55 kcal; Białko ogółem: 120.38 g; Tłuszcz: 82.76 g; Kw. tł. nasy.: 39.81 g; Węglowodany ogółem: 288.05 g; W tym cukry: 65.24 g; Błonnik pok.: 30.66 g; Sól: 7.51 g;	Wartość energetyczna: 2224.15 kcal; Białko ogółem: 94.04 g; Tłuszcz: 62.07 g; Kw. tł. nasy.: 34.82 g; Węglowodany ogółem: 333.51 g; W tym cukry: 65.05 g; Błonnik pok.: 29.45 g; Sól: 8.94 g;	Wartość energetyczna: 2140.48 kcal; Białko ogółem: 88.59 g; Tłuszcz: 70.80 g; Kw. tł. nasy.: 39.24 g; Węglowodany ogółem: 293.50 g; W tym cukry: 65.60 g; Błonnik pok.: 30.15 g; Sól: 6.52 g;	Wartość energetyczna: 1994.77 kcal; Białko ogółem: 85.11 g; Tłuszcz: 76.34 g; Kw. tł. nasy.: 33.63 g; Węglowodany ogółem: 244.95 g; W tym cukry: 46.75 g; Błonnik pok.: 16.16 g; Sól: 3.59 g;	Wartość energetyczna: 2238.22 kcal; Białko ogółem: 95.52 g; Tłuszcz: 84.52 g; Kw. tł. nasy.: 42.62 g; Węglowodany ogółem: 282.57 g; W tym cukry: 52.30 g; Błonnik pok.: 23.24 g; Sól: 8.46 g;	Wartość energetyczna: 2460.19 kcal; Białko ogółem: 112.37 g; Tłuszcz: 90.15 g; Kw. tł. nasy.: 43.69 g; Węglowodany ogółem: 309.61 g; W tym cukry: 51.14 g; Błonnik pok.: 25.66 g; Sól: 9.81 g;

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

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwostrawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb Graham 70 g (GLU PSZ), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Ogórek świeży 80 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Salata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Salata zielona 20 g, Pomidor 80 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE), Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Ogórek świeży 80 g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Ogórek świeży 80 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g, Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Salata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Sok marchwiowy 200 ml	
II SN	Kisiel o smaku malinowym b/c 200 ml											
Obiad	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami (I) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ryż na sypko (brązowy) 200 g, Mus z jabłek (I) z/c 80 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami (I) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek (I) z/c 80 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - barszcz czerwony z ziemniakami (I) RYD 700 g (JAJ, SEL), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami (I) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ryż na sypko (brązowy) 200 g, Mus z jabłek (I) b/c 80 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami (I) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek (I) z/c 80 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami (I) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek (I) z/c 80 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami (bez glutenu) (I) 400 ml (MLE, SEL), Ryż na sypko 200 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami (I) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek (I) z/c 150 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami (I) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek (I) b/c 150 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD	Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE)											
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Ser żółty 50 g (MLE), Pomidor 90 g, Rukola 10 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Serek homo. naturalny 100 g (MLE), Salata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Serek homo. naturalny 100 g (MLE), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Serek homo. naturalny 100 g (MLE), Jarzynowa z makaronem (I) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem (I) RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Ser żółty 50 g (MLE), Pomidor 90 g, Rukola 10 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Serek homo. naturalny 100 g (MLE), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml, Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Ser żółty 50 g (MLE), Rukola 10 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g, Masło 83% tł. 20 g (MLE), Serek homo. naturalny 100 g (MLE), Pomidor 80 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Ser żółty 50 g (MLE), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Ser żółty 50 g (MLE), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml, Sok pomidorowy 200 ml	
PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g, Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g), 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT), Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g), 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT), Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g, Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Wafle ryżowe 20 g, Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g, Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g), 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT), Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)
	Wartość energetyczna: 2432,25 kcal; Białko ogółem: 86,88 g; Tłuszcz: 81,29 g; Kw. tł. nasy.: 47,07 g; Węglowodany ogółem: 346,96 g; W tym cukry: 69,86 g; Błonnik pok.: 26,26 g; Sól: 7,19 g;	Wartość energetyczna: 2303,58 kcal; Białko ogółem: 84,63 g; Tłuszcz: 67,35 g; Kw. tł. nasy.: 36,85 g; Węglowodany ogółem: 347,87 g; W tym cukry: 70,06 g; Błonnik pok.: 19,59 g; Sól: 6,12 g;	Wartość energetyczna: 2347,87 kcal; Białko ogółem: 85,22 g; Tłuszcz: 67,29 g; Kw. tł. nasy.: 36,83 g; Węglowodany ogółem: 356,93 g; W tym cukry: 79,55 g; Błonnik pok.: 20,62 g; Sól: 7,29 g;	Wartość energetyczna: 2393,01 kcal; Białko ogółem: 90,73 g; Tłuszcz: 66,89 g; Kw. tł. nasy.: 36,39 g; Węglowodany ogółem: 365,21 g; W tym cukry: 83,82 g; Błonnik pok.: 21,84 g; Sól: 6,12 g;	Wartość energetyczna: 2571,78 kcal; Białko ogółem: 131,17 g; Tłuszcz: 123,23 g; Kw. tł. nasy.: 32,27 g; Węglowodany ogółem: 244,35 g; W tym cukry: 110,22 g; Błonnik pok.: 21,98 g; Sól: 4,46 g;	Wartość energetyczna: 2112,11 kcal; Białko ogółem: 83,46 g; Tłuszcz: 79,00 g; Kw. tł. nasy.: 46,41 g; Węglowodany ogółem: 279,08 g; W tym cukry: 41,65 g; Błonnik pok.: 31,06 g; Sól: 7,27 g;	Wartość energetyczna: 2124,47 kcal; Białko ogółem: 78,84 g; Tłuszcz: 64,79 g; Kw. tł. nasy.: 36,24 g; Węglowodany ogółem: 314,40 g; W tym cukry: 50,86 g; Błonnik pok.: 22,24 g; Sól: 8,34 g;	Wartość energetyczna: 2416,49 kcal; Białko ogółem: 80,50 g; Tłuszcz: 83,22 g; Kw. tł. nasy.: 47,87 g; Węglowodany ogółem: 345,35 g; W tym cukry: 68,75 g; Błonnik pok.: 18,88 g; Sól: 6,07 g;	Wartość energetyczna: 1878,13 kcal; Białko ogółem: 51,54 g; Tłuszcz: 62,24 g; Kw. tł. nasy.: 29,93 g; Węglowodany ogółem: 281,66 g; W tym cukry: 45,12 g; Błonnik pok.: 14,06 g; Sól: 2,77 g;	Wartość energetyczna: 2490,26 kcal; Białko ogółem: 81,53 g; Tłuszcz: 78,16 g; Kw. tł. nasy.: 45,95 g; Węglowodany ogółem: 373,79 g; W tym cukry: 78,80 g; Błonnik pok.: 22,58 g; Sól: 8,17 g;	Wartość energetyczna: 2488,00 kcal; Białko ogółem: 88,13 g; Tłuszcz: 82,48 g; Kw. tł. nasy.: 49,36 g; Węglowodany ogółem: 358,30 g; W tym cukry: 62,97 g; Błonnik pok.: 24,97 g; Sól: 9,56 g;	

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

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Vegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU, JECZ.</u> ) Chleb Graham 70 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Piersz delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Rzodkiew biała 80 g Salata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u> )	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU, JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Piersz delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u> )	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU, JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u> ) Piersz delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok pomidorowy 200 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU, JECZ.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u> ) Piersz delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <u>MLE, GLU, JECZ.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u> )	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u> ) Piersz delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Rzodkiew biała 80 g Salata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u> ) Piersz delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Rzodkiew biała 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u> ) Salata lodowa 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU, JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Tofu 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Rzodkiew biała 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u> ) Salata lodowa 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Piersz delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU, JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Piersz delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u> ) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU, JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Piersz delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u> ) Sok pomidorowy 200 ml	
II SN	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )										Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	
Obiad	Jarzynowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Sos pietruszkowy () 100 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Sos pietruszkowy () 100 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony (zmielony) 100 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Sos pietruszkowy () 100 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z zacierką () RYD 700 g ( <u>GLU, PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Sos pietruszkowy () 100 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Sos pietruszkowy () 100 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Sos pietruszkowy () 100 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony (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 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	Jarzynowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Sos pietruszkowy () 100 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml										Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Serek naturalny Bieluch 100 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Ryżowa () 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Serek naturalny Bieluch 100 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g ( <u>JAJ, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Serek naturalny Bieluch 100 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Serek naturalny Bieluch 100 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	
PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU, PSZ, MLE.</u> ) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU, PSZ, MLE, GLU, ŻYT.</u> ) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU, PSZ, MLE, GLU, ŻYT.</u> ) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2398.73 kcal; Białko ogółem: 105.27 g; Tłuszcz: 83.55 g; Kw. tł. nasy.: 34.61 g; Węglowodany ogółem: 319.62 g; W tym cukry: 61.07 g; Błonnik pok.: 30.64 g; Sól: 7.05 g;	Wartość energetyczna: 2242.51 kcal; Białko ogółem: 100.59 g; Tłuszcz: 67.68 g; Kw. tł. nasy.: 33.51 g; Węglowodany ogółem: 320.92 g; W tym cukry: 65.78 g; Błonnik pok.: 30.77 g; Sól: 7.45 g;	Wartość energetyczna: 2431.89 kcal; Białko ogółem: 107.09 g; Tłuszcz: 76.13 g; Kw. tł. nasy.: 37.56 g; Węglowodany ogółem: 343.59 g; W tym cukry: 80.09 g; Błonnik pok.: 33.09 g; Sól: 8.20 g;	Wartość energetyczna: 2563.24 kcal; Białko ogółem: 112.97 g; Tłuszcz: 75.76 g; Kw. tł. nasy.: 37.13 g; Węglowodany ogółem: 372.31 g; W tym cukry: 83.68 g; Błonnik pok.: 33.87 g; Sól: 9.92 g;	Wartość energetyczna: 2513.58 kcal; Białko ogółem: 127.28 g; Tłuszcz: 118.07 g; Kw. tł. nasy.: 28.33 g; Węglowodany ogółem: 245.15 g; W tym cukry: 96.00 g; Błonnik pok.: 25.75 g; Sól: 4.97 g;	Wartość energetyczna: 2159.43 kcal; Białko ogółem: 103.74 g; Tłuszcz: 71.71 g; Kw. tł. nasy.: 32.68 g; Węglowodany ogółem: 290.56 g; W tym cukry: 52.44 g; Błonnik pok.: 36.87 g; Sól: 6.98 g;	Wartość energetyczna: 2348.37 kcal; Białko ogółem: 103.14 g; Tłuszcz: 71.73 g; Kw. tł. nasy.: 36.21 g; Węglowodany ogółem: 335.65 g; W tym cukry: 68.59 g; Błonnik pok.: 33.83 g; Sól: 8.88 g;	Wartość energetyczna: 2532.75 kcal; Białko ogółem: 78.77 g; Tłuszcz: 110.51 g; Kw. tł. nasy.: 37.91 g; Węglowodany ogółem: 317.63 g; W tym cukry: 78.45 g; Błonnik pok.: 31.12 g; Sól: 5.92 g;	Wartość energetyczna: 1786.15 kcal; Białko ogółem: 64.52 g; Tłuszcz: 61.15 g; Kw. tł. nasy.: 26.23 g; Węglowodany ogółem: 251.54 g; W tym cukry: 40.44 g; Błonnik pok.: 22.42 g; Sól: 3.64 g;	Wartość energetyczna: 2311.39 kcal; Białko ogółem: 100.44 g; Tłuszcz: 68.23 g; Kw. tł. nasy.: 33.56 g; Węglowodany ogółem: 337.89 g; W tym cukry: 80.09 g; Błonnik pok.: 33.09 g; Sól: 8.38 g;	Wartość energetyczna: 2546.76 kcal; Białko ogółem: 119.42 g; Tłuszcz: 73.86 g; Kw. tł. nasy.: 34.63 g; Węglowodany ogółem: 365.83 g; W tym cukry: 78.93 g; Błonnik pok.: 36.78 g; Sól: 9.73 g;	

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

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Latwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Latwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Latwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.latwo przys.wegl/Latwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW, PSZ, GLU ZYT.</u> ) Chleb Graham 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE, PSZ, GLU ZYT.</u> ) Ser topiony 50 g ( <u>MLE, PSZ, GLU ZYT.</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, PSZ, GLU ZYT.</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, PSZ, GLU ZYT.</u> ) Ser topiony 50 g ( <u>MLE, PSZ, GLU ZYT.</u> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE, PSZ, GLU ZYT.</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, PSZ, GLU ZYT.</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, PSZ, GLU ZYT.</u> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE, PSZ, GLU ZYT.</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, PSZ, GLU ZYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE, PSZ, GLU ZYT.</u> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE, PSZ, GLU ZYT.</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, PSZ, GLU ZYT.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> )	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE, PSZ, GLU ZYT.</u> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE, PSZ, GLU ZYT.</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, PSZ, GLU ZYT.</u> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE, PSZ, GLU ZYT.</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, PSZ, GLU ZYT.</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, PSZ, GLU ZYT.</u> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE, PSZ, GLU ZYT.</u> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> )	Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>MLE, PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE, PSZ, GLU ZYT.</u> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE, PSZ, GLU ZYT.</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, PSZ, GLU ZYT.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Ser topiony 50 g ( <u>MLE, PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE, PSZ, GLU ZYT.</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, PSZ, GLU ZYT.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Ser topiony 50 g ( <u>MLE, PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE, PSZ, GLU ZYT.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> ) Sok pomidorowy 200 ml
Tł.SN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml										Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
Obiad	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Pieczeń rzymska wiewprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Pieczeń rzymska wiewprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g ( <u>JAJ, SEL.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Pieczeń rzymska wiewprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Pieczeń rzymska wiewprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryz na sypko 200 g Curry warzywne z ciecierzycą () 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ryz na sypko 200 g Pulpet wiewprzowy (bez glutenu) 100 g ( <u>JAJ.</u> ) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 100 ml ( <u>SEL.</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Pieczeń rzymska wiewprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			
PD	Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml ( <u>MLE.</u> )										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, PSZ, GLU ZYT.</u> ) Paprykarz szczeciński 100 g ( <u>RYB, SOJ.</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE, PSZ, GLU ZYT.</u> ) Polegwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE, PSZ, GLU ZYT.</u> ) Polegwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g ( <u>SEL.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE, PSZ, GLU ZYT.</u> ) Polegwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g ( <u>SEL.</u> )	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE, PSZ, GLU ZYT.</u> ) Paprykarz szczeciński 100 g ( <u>RYB, SOJ.</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE, PSZ, GLU ZYT.</u> ) Polegwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g ( <u>SEL.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE, PSZ, GLU ZYT.</u> ) Ser topiony 50 g ( <u>MLE, PSZ, GLU ZYT.</u> ) Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>MLE, PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE, PSZ, GLU ZYT.</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, PSZ, GLU ZYT.</u> ) Polegwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g ( <u>SEL.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE, PSZ, GLU ZYT.</u> ) Polegwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g ( <u>SEL.</u> )
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, GLU ZYT.</u> ) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE.</u> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.</u> ) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE.</u> )	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE.</u> )			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.</u> ) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE.</u> )
	Wartość energetyczna: 2813.90 kcal; Białko ogółem: 105.79 g; Tłuszcz: 112.54 g; Kw. tł. nasy.: 50.30 g; Węglowodany ogółem: 361.33 g; W tym cukry: 77.58 g; Błonnik pok.: 35.03 g; Sól: 10.33 g;	Wartość energetyczna: 2547.81 kcal; Białko ogółem: 105.98 g; Tłuszcz: 86.13 g; Kw. tł. nasy.: 40.09 g; Węglowodany ogółem: 345.47 g; W tym cukry: 68.02 g; Błonnik pok.: 24.46 g; Sól: 6.98 g;	Wartość energetyczna: 2636.79 kcal; Białko ogółem: 107.28 g; Tłuszcz: 91.48 g; Kw. tł. nasy.: 40.46 g; Węglowodany ogółem: 356.69 g; W tym cukry: 74.23 g; Błonnik pok.: 29.38 g; Sól: 8.43 g;	Wartość energetyczna: 2746.19 kcal; Białko ogółem: 114.22 g; Tłuszcz: 91.31 g; Kw. tł. nasy.: 40.05 g; Węglowodany ogółem: 378.63 g; W tym cukry: 78.50 g; Błonnik pok.: 30.60 g; Sól: 8.16 g;	Wartość energetyczna: 2581.86 kcal; Białko ogółem: 132.29 g; Tłuszcz: 126.66 g; Kw. tł. nasy.: 32.86 g; Węglowodany ogółem: 239.69 g; W tym cukry: 105.92 g; Błonnik pok.: 23.35 g; Sól: 4.37 g;	Wartość energetyczna: 2592.70 kcal; Białko ogółem: 108.58 g; Tłuszcz: 90.93 g; Kw. tł. nasy.: 39.45 g; Węglowodany ogółem: 351.29 g; W tym cukry: 70.80 g; Błonnik pok.: 33.94 g; Sól: 9.03 g;	Wartość energetyczna: 2622.83 kcal; Białko ogółem: 100.87 g; Tłuszcz: 87.00 g; Kw. tł. nasy.: 39.56 g; Węglowodany ogółem: 369.55 g; W tym cukry: 74.81 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 9.59 g;	Wartość energetyczna: 2537.19 kcal; Białko ogółem: 85.08 g; Tłuszcz: 91.18 g; Kw. tł. nasy.: 44.12 g; Węglowodany ogółem: 358.58 g; W tym cukry: 77.80 g; Błonnik pok.: 31.23 g; Sól: 8.09 g;	Wartość energetyczna: 2126.86 kcal; Białko ogółem: 75.37 g; Tłuszcz: 86.08 g; Kw. tł. nasy.: 34.06 g; Węglowodany ogółem: 263.80 g; W tym cukry: 42.44 g; Błonnik pok.: 13.33 g; Sól: 3.17 g;	Wartość energetyczna: 2742.84 kcal; Białko ogółem: 101.24 g; Tłuszcz: 110.68 g; Kw. tł. nasy.: 50.42 g; Węglowodany ogółem: 346.66 g; W tym cukry: 78.30 g; Błonnik pok.: 30.43 g; Sól: 9.81 g;	Wartość energetyczna: 3015.11 kcal; Białko ogółem: 109.75 g; Tłuszcz: 115.08 g; Kw. tł. nasy.: 53.88 g; Węglowodany ogółem: 397.11 g; W tym cukry: 95.49 g; Błonnik pok.: 32.89 g; Sól: 11.34 g;

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

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

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

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwostrawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> .) Chleb Graham 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> .) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Powidła śliwkowe 60 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU, ŻYT, JECZ</u> .)	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU, ŻYT</u> .) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Marmolada wieloowcowa 60 g ( <u>S02</u> .) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU, ŻYT, JECZ</u> .) Jabłko 150 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU, ŻYT</u> .) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Marmolada wieloowcowa 60 g ( <u>S02</u> .) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU, ŻYT, JECZ</u> .) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> .) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Marmolada wieloowcowa 60 g ( <u>S02</u> .) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU, ŻYT, JECZ</u> .) Jabłko pieczone 150 g Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> .)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> .) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU, ŻYT, JECZ</u> .)	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE</u> .) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU, ŻYT, JECZ</u> .) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU, ŻYT</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE</u> .) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU, ŻYT, JECZ</u> .) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU, ŻYT</u> .) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Powidła śliwkowe 60 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU, ŻYT, JECZ</u> .) Jabłko 150 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Marmolada wieloowcowa 60 g ( <u>S02</u> .) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko 150 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU, ŻYT</u> .) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Marmolada wieloowcowa 60 g ( <u>S02</u> .) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU, ŻYT, JECZ</u> .) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU, ŻYT</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE</u> .) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU, ŻYT, JECZ</u> .) Jabłko pieczone 150 g
Tłuszcz	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml										Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
Obiad	Krupnik jęczmienny () 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU, JECZ</u> .) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> .) Surówka z kapusty młodej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU, JECZ</u> .) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB</u> .) Warzywa po grecku () 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> .) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU, JECZ</u> .) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> .) Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> .) Warzywa po grecku () 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> .) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - krupnik () RYD 700 g ( <u>JAJ, SEL, GLU, JECZ</u> .) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU, JECZ</u> .) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB</u> .) Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> .) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU, JECZ</u> .) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB</u> .) Warzywa po grecku () 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> .) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU, JECZ</u> .) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet jagnięcy z serem top i pietruszka 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> .) Surówka z kapusty młodej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU, JECZ</u> .) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB</u> .) Warzywa po grecku (bez glutenu) () 200 g ( <u>SEL</u> .) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> .) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB</u> .) Warzywa po grecku (bez glutenu) () 200 g ( <u>SEL</u> .) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU, JECZ</u> .) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB</u> .) Warzywa po grecku () 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> .) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU, JECZ</u> .) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB</u> .) Warzywa po grecku () 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> .) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> .)										Mleko UHT 200ml, 3,5%tł 1 Por ( <u>MLE</u> .)
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU, ŻYT</u> .) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU, ŻYT</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> .) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU, ŻYT</u> .) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU, ŻYT</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> .) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU, ŻYT</u> .) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU, ŻYT</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Pierś delikatna z kurzej skórki połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> .) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Pierś delikatna z kurzej skórki połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> .) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> .) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> .) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU, ŻYT</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Pierś delikatna z kurzej skórki połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU, ŻYT</u> .) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU, ŻYT</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> .) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> .) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU, ŻYT</u> .) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU, ŻYT</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> .) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU, ŻYT</u> .) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> .) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> .) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml
PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> .) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	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	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU, ŻYT</u> .) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2648.40 kcal; Białko ogółem: 95.34 g; Tłuszcz: 89.08 g; Kw. tł. nasy.: 34.49 g; Węglowodany ogółem: 377.70 g; W tym cukry: 96.95 g; Błonnik pok.: 32.42 g; Sól: 5.25 g;	Wartość energetyczna: 2446.02 kcal; Białko ogółem: 92.63 g; Tłuszcz: 72.75 g; Kw. tł. nasy.: 33.87 g; Węglowodany ogółem: 363.86 g; W tym cukry: 76.02 g; Błonnik pok.: 29.35 g; Sól: 5.42 g;	Wartość energetyczna: 2457.57 kcal; Białko ogółem: 96.92 g; Tłuszcz: 68.44 g; Kw. tł. nasy.: 32.92 g; Węglowodany ogółem: 370.41 g; W tym cukry: 83.32 g; Błonnik pok.: 29.73 g; Sól: 6.60 g;	Wartość energetyczna: 2641.43 kcal; Białko ogółem: 101.05 g; Tłuszcz: 69.14 g; Kw. tł. nasy.: 32.94 g; Węglowodany ogółem: 412.19 g; W tym cukry: 88.18 g; Błonnik pok.: 31.72 g; Sól: 6.75 g;	Wartość energetyczna: 2533.67 kcal; Białko ogółem: 129.19 g; Tłuszcz: 118.00 g; Kw. tł. nasy.: 28.24 g; Węglowodany ogółem: 247.69 g; W tym cukry: 95.93 g; Błonnik pok.: 24.26 g; Sól: 4.16 g;	Wartość energetyczna: 2166.51 kcal; Białko ogółem: 106.43 g; Tłuszcz: 72.13 g; Kw. tł. nasy.: 32.45 g; Węglowodany ogółem: 287.15 g; W tym cukry: 52.13 g; Błonnik pok.: 34.47 g; Sól: 8.13 g;	Wartość energetyczna: 2293.94 kcal; Białko ogółem: 104.38 g; Tłuszcz: 64.70 g; Kw. tł. nasy.: 31.35 g; Węglowodany ogółem: 333.50 g; W tym cukry: 72.61 g; Błonnik pok.: 32.05 g; Sól: 8.13 g;	Wartość energetyczna: 2605.11 kcal; Białko ogółem: 69.07 g; Tłuszcz: 90.47 g; Kw. tł. nasy.: 36.32 g; Węglowodany ogółem: 389.30 g; W tym cukry: 96.93 g; Błonnik pok.: 30.96 g; Sól: 5.13 g;	Wartość energetyczna: 1985.38 kcal; Białko ogółem: 58.54 g; Tłuszcz: 64.96 g; Kw. tł. nasy.: 27.07 g; Węglowodany ogółem: 295.60 g; W tym cukry: 51.53 g; Błonnik pok.: 22.77 g; Sól: 2.49 g;	Wartość energetyczna: 2477.19 kcal; Białko ogółem: 92.87 g; Tłuszcz: 72.53 g; Kw. tł. nasy.: 33.82 g; Węglowodany ogółem: 370.11 g; W tym cukry: 83.32 g; Błonnik pok.: 29.73 g; Sól: 5.64 g;	Wartość energetyczna: 2670.77 kcal; Białko ogółem: 116.72 g; Tłuszcz: 80.50 g; Kw. tł. nasy.: 39.06 g; Węglowodany ogółem: 380.36 g; W tym cukry: 92.16 g; Błonnik pok.: 33.09 g; Sól: 7.52 g;

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

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
2024-06-08 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Szynka sołtysa wędzona, parzona 50 g Salata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Szynka sołtysa wędzona, parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa wędzona, parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU OW.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa wędzona, parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Salata lodowa 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa wędzona, parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata lodowa 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml
		TSN					Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko pieczone 150 g
2024-06-08 sobota	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sytko (brązowy) 200 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 350 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - koperkowa z ziemniakami () RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sytko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 100 g (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sytko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ryż na sytko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (JAJ.) Surówka z selera i jabłka z olejem () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 350 g (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka z olejem () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL.) Ryż na sytko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (JAJ.) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (MLE.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sytko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sytko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sytko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ryż na sytko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ryż na sytko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
		PD					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE)
2024-06-08 sobota	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wędzowanych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Poledwica premium- wędłina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) 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) Poledwica premium- wędłina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Poledwica premium- wędłina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Poledwica premium- wędłina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Poledwica premium- wędłina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Salatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Poledwica premium- wędłina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wędzowanych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wędzowanych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
		PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE) Wafle ryżowe 20 g		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE) Wafle ryżowe 20 g		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)
	Wartość energetyczna: 2672.73 kcal; Białko ogółem: 106.25 g; Tłuszcz: 97.80 g; Kw. tł. nasy.: 48.81 g; Węglowodany ogółem: 351.18 g; W tym cukry: 69.08 g; Błonnik pok.: 31.69 g; Sól: 7.65 g;	Wartość energetyczna: 2572.29 kcal; Białko ogółem: 100.60 g; Tłuszcz: 79.60 g; Kw. tł. nasy.: 38.87 g; Węglowodany ogółem: 371.47 g; W tym cukry: 79.10 g; Błonnik pok.: 23.54 g; Sól: 7.71 g;	Wartość energetyczna: 2618.17 kcal; Białko ogółem: 101.24 g; Tłuszcz: 79.55 g; Kw. tł. nasy.: 38.86 g; Węglowodany ogółem: 380.89 g; W tym cukry: 88.86 g; Błonnik pok.: 24.66 g; Sól: 8.88 g;	Wartość energetyczna: 2771.35 kcal; Białko ogółem: 107.91 g; Tłuszcz: 78.78 g; Kw. tł. nasy.: 38.31 g; Węglowodany ogółem: 417.08 g; W tym cukry: 92.77 g; Błonnik pok.: 27.59 g; Sól: 8.63 g;	Wartość energetyczna: 2475.68 kcal; Białko ogółem: 127.87 g; Tłuszcz: 125.53 g; Kw. tł. nasy.: 32.65 g; Węglowodany ogółem: 220.42 g; W tym cukry: 106.01 g; Błonnik pok.: 23.81 g; Sól: 4.39 g;	Wartość energetyczna: 2514.52 kcal; Białko ogółem: 101.69 g; Tłuszcz: 91.18 g; Kw. tł. nasy.: 47.07 g; Węglowodany ogółem: 337.99 g; W tym cukry: 71.23 g; Błonnik pok.: 35.36 g; Sól: 7.86 g;	Wartość energetyczna: 2496.70 kcal; Białko ogółem: 93.74 g; Tłuszcz: 75.22 g; Kw. tł. nasy.: 37.92 g; Węglowodany ogółem: 369.28 g; W tym cukry: 84.72 g; Błonnik pok.: 27.31 g; Sól: 9.99 g;	Wartość energetyczna: 2730.92 kcal; Białko ogółem: 96.80 g; Tłuszcz: 91.89 g; Kw. tł. nasy.: 46.60 g; Węglowodany ogółem: 395.99 g; W tym cukry: 75.01 g; Błonnik pok.: 41.12 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2195.05 kcal; Białko ogółem: 69.86 g; Tłuszcz: 84.45 g; Kw. tł. nasy.: 32.92 g; Węglowodany ogółem: 291.26 g; W tym cukry: 49.61 g; Błonnik pok.: 16.06 g; Sól: 4.28 g;	Wartość energetyczna: 2830.11 kcal; Białko ogółem: 109.37 g; Tłuszcz: 99.30 g; Kw. tł. nasy.: 50.06 g; Węglowodany ogółem: 384.32 g; W tym cukry: 88.83 g; Błonnik pok.: 24.94 g; Sól: 8.92 g;	Wartość energetyczna: 2994.87 kcal; Białko ogółem: 116.79 g; Tłuszcz: 103.85 g; Kw. tł. nasy.: 53.48 g; Węglowodany ogółem: 410.31 g; W tym cukry: 101.31 g; Błonnik pok.: 29.71 g; Sól: 10.41 g;	



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

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwostrawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Chleb Graham 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza jęczmienna na mleku 400 ml (MLE, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU JECZ.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) 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 (SEZ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml
Tł.SN							Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml				Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
Obiad	Pomidorowa z zacierką ( ) 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Kolekt schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Mizéria 200 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką ( ) 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką ( ) 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Schab gotowany (zmielony) 100 g Sos własny ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - pomidorowa z zacierką ( ) RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką ( ) 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Mizéria 100 g (MLE) Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 100 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką ( ) 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką ( ) 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Zapiekanka z ziemniokami i warzyw z jajkiem ( ) 350 g (JAJ, MLE, SEL.) Mizéria 200 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką ( ) 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) ( ) 400 ml Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką ( ) 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD							Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE)				Mleko UHT 200ml, 3,5%tł 1 Por (MLE)
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE) Grycikowa ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - grycikowa ( ) RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE) Jabłko pieczone 150 g
PN	Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt						Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2260.15 kcal; Białko ogółem: 86.17 g; Tłuszcz: 75.78 g; Kw. tł. nasy.: 35.52 g; Węglowodany ogółem: 318.26 g; W tym cukry: 69.20 g; Błonnik pok.: 27.55 g; Sól: 6.23 g;	Wartość energetyczna: 2195.31 kcal; Białko ogółem: 93.67 g; Tłuszcz: 69.10 g; Kw. tł. nasy.: 33.97 g; Węglowodany ogółem: 312.59 g; W tym cukry: 77.15 g; Błonnik pok.: 31.77 g; Sól: 6.89 g;	Wartość energetyczna: 2210.49 kcal; Białko ogółem: 94.11 g; Tłuszcz: 69.28 g; Kw. tł. nasy.: 34.02 g; Węglowodany ogółem: 315.84 g; W tym cukry: 79.65 g; Błonnik pok.: 32.55 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 2607.09 kcal; Białko ogółem: 113.81 g; Tłuszcz: 75.50 g; Kw. tł. nasy.: 37.71 g; Węglowodany ogółem: 382.98 g; W tym cukry: 99.87 g; Błonnik pok.: 35.27 g; Sól: 7.94 g;	Wartość energetyczna: 2512.95 kcal; Białko ogółem: 127.77 g; Tłuszcz: 117.88 g; Kw. tł. nasy.: 28.18 g; Węglowodany ogółem: 244.26 g; W tym cukry: 97.63 g; Błonnik pok.: 24.53 g; Sól: 4.17 g;	Wartość energetyczna: 2154.65 kcal; Białko ogółem: 114.55 g; Tłuszcz: 66.68 g; Kw. tł. nasy.: 34.04 g; Węglowodany ogółem: 288.52 g; W tym cukry: 54.92 g; Błonnik pok.: 35.34 g; Sól: 7.06 g;	Wartość energetyczna: 2340.96 kcal; Białko ogółem: 108.55 g; Tłuszcz: 70.16 g; Kw. tł. nasy.: 33.47 g; Węglowodany ogółem: 331.79 g; W tym cukry: 72.69 g; Błonnik pok.: 34.97 g; Sól: 9.28 g;	Wartość energetyczna: 2292.56 kcal; Białko ogółem: 66.18 g; Tłuszcz: 98.14 g; Kw. tł. nasy.: 42.28 g; Węglowodany ogółem: 292.56 g; W tym cukry: 74.63 g; Błonnik pok.: 25.22 g; Sól: 6.32 g;	Wartość energetyczna: 2031.45 kcal; Białko ogółem: 72.32 g; Tłuszcz: 70.38 g; Kw. tł. nasy.: 30.92 g; Węglowodany ogółem: 285.41 g; W tym cukry: 68.42 g; Błonnik pok.: 26.56 g; Sól: 3.95 g;	Wartość energetyczna: 2210.49 kcal; Białko ogółem: 94.11 g; Tłuszcz: 69.28 g; Kw. tł. nasy.: 34.02 g; Węglowodany ogółem: 315.84 g; W tym cukry: 79.65 g; Błonnik pok.: 32.55 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 2378.96 kcal; Białko ogółem: 108.35 g; Tłuszcz: 73.16 g; Kw. tł. nasy.: 35.49 g; Węglowodany ogółem: 335.79 g; W tym cukry: 73.89 g; Błonnik pok.: 34.97 g; Sól: 9.29 g;

### **Oznaczenia alergenów:**

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

### **Oznaczenia wskaźników odż.:**

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

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwostrawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odtwycza - śniadanie RYD 700 g (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml
II SN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml										
Obiad	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Naleśniki z serem 350 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Mus z jabłek () b/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odtwycza - dyniowa z ziemniakami () RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Mus z jabłek () b/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Mus z jabłek () b/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL.) Makaron bezglutenowy 200 g (MLE.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Mus z jabłek () z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Mus z jabłek () z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Mus z jabłek () b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD	Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE)										
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płynna odtwycza - jarzynowa z ryżem () RYD 700g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)
	Wartość energetyczna: 2835.31 kcal; Białko ogółem: 107.09 g; Tłuszcz: 86.13 g; Kw. tł. nasy.: 38.96 g; Węglowodany ogółem: 419.05 g; W tym cukry: 105.36 g; Błonnik pok.: 29.15 g; Sól: 6.51 g;	Wartość energetyczna: 2253.74 kcal; Białko ogółem: 85.56 g; Tłuszcz: 66.54 g; Kw. tł. nasy.: 35.99 g; Węglowodany ogółem: 334.98 g; W tym cukry: 73.56 g; Błonnik pok.: 20.70 g; Sól: 6.42 g;	Wartość energetyczna: 2344.49 kcal; Białko ogółem: 95.03 g; Tłuszcz: 63.74 g; Kw. tł. nasy.: 34.37 g; Węglowodany ogółem: 350.48 g; W tym cukry: 78.15 g; Błonnik pok.: 22.63 g; Sól: 6.47 g;	Wartość energetyczna: 2456.19 kcal; Białko ogółem: 101.09 g; Tłuszcz: 63.40 g; Kw. tł. nasy.: 33.93 g; Węglowodany ogółem: 374.28 g; W tym cukry: 82.36 g; Błonnik pok.: 23.90 g; Sól: 6.20 g;	Wartość energetyczna: 2430.74 kcal; Białko ogółem: 122.69 g; Tłuszcz: 121.52 g; Kw. tł. nasy.: 31.94 g; Węglowodany ogółem: 220.31 g; W tym cukry: 104.44 g; Błonnik pok.: 19.77 g; Sól: 4.86 g;	Wartość energetyczna: 2237.07 kcal; Białko ogółem: 94.61 g; Tłuszcz: 69.08 g; Kw. tł. nasy.: 35.56 g; Węglowodany ogółem: 317.83 g; W tym cukry: 62.27 g; Błonnik pok.: 34.51 g; Sól: 6.29 g;	Wartość energetyczna: 2262.64 kcal; Białko ogółem: 90.12 g; Tłuszcz: 60.86 g; Kw. tł. nasy.: 33.61 g; Węglowodany ogółem: 340.68 g; W tym cukry: 64.72 g; Błonnik pok.: 21.96 g; Sól: 7.14 g;	Wartość energetyczna: 2673.46 kcal; Białko ogółem: 93.65 g; Tłuszcz: 96.51 g; Kw. tł. nasy.: 38.33 g; Węglowodany ogółem: 363.82 g; W tym cukry: 73.33 g; Błonnik pok.: 25.98 g; Sól: 6.39 g;	Wartość energetyczna: 1797.00 kcal; Białko ogółem: 48.09 g; Tłuszcz: 60.44 g; Kw. tł. nasy.: 28.78 g; Węglowodany ogółem: 266.24 g; W tym cukry: 46.52 g; Błonnik pok.: 12.96 g; Sól: 2.63 g;	Wartość energetyczna: 2256.46 kcal; Białko ogółem: 69.38 g; Tłuszcz: 61.99 g; Kw. tł. nasy.: 33.48 g; Węglowodany ogółem: 387.32 g; W tym cukry: 78.45 g; Błonnik pok.: 24.59 g; Sól: 6.58 g;	Wartość energetyczna: 2443.80 kcal; Białko ogółem: 78.41 g; Tłuszcz: 66.69 g; Kw. tł. nasy.: 36.94 g; Węglowodany ogółem: 359.43 g; W tym cukry: 79.60 g; Błonnik pok.: 27.01 g; Sól: 8.12 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwostrawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (MLE,) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Papryka świeża 80 g	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE,) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Twarożek 100 g (MLE,) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Twarożek 100 g (MLE,) Mus z jabłek ( ) b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Płynna odtwycza - śniadanie RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE,) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Twarożek 100 g (MLE,) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (MLE,) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE,) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (MLE,) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (MLE,) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)
Tł. SN							Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml				Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
Obiad	Szczawiowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL,) Ziemiaki gotowane ( ) 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (GLU PSZ,) Sos meksykański 100 g (GLU PSZ,) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL,) Ziemiaki gotowane ( ) 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (GLU PSZ,) Sos własny ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemiaki gotowane ( ) 200 g Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL,) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (GLU PSZ,) Sos własny ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL,) Ziemiaki gotowane ( ) 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (GLU PSZ,) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odtwycza - brokułowa z ziemniakami ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szczawiowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL,) Ziemiaki gotowane ( ) 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (GLU PSZ,) Sos własny ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Surówka z kapusty białej z olejem b/c ( ) 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL,) Ziemiaki gotowane ( ) 200 g Bitka z szynki wieprzowej ( ) 200 g (GLU PSZ, SEL,) Sos własny ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szczawiowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL,) Ziemiaki gotowane ( ) 200 g Gulasz sojowy z warzywami ( ) 200 g (GLU PSZ, SOJ, SEL,) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL,) Ziemiaki gotowane ( ) 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (GLU PSZ,) Sos własny (bez glutenu) 100 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL,) Ziemiaki gotowane ( ) 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (GLU PSZ,) Buraczki gotowane ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD							Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)				Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)
Kolejnia	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Poledwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 50 g (SOJ,) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Poledwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 50 g (SOJ,) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Poledwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 50 g (SOJ,) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Poledwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 50 g (SOJ,) Ziemiaczana ( ) 400 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odtwycza - ziemniaczana ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Poledwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 50 g (SOJ,) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Poledwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 50 g (SOJ,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Tofu 50 g (SOJ,) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Poledwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 50 g (SOJ,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Poledwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 50 g (SOJ,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
PN		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE,) Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,)			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE,)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE,)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE,)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE,)	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: 2842.51 kcal; Białko ogółem: 115.26 g; Tłuszcz: 102.94 g; Kw. tł. nasy.: 51.04 g; Węglowodany ogółem: 371.84 g; W tym cukry: 78.30 g; Błonnik pok.: 26.34 g; Sól: 7.88 g;	Wartość energetyczna: 2797.36 kcal; Białko ogółem: 118.94 g; Tłuszcz: 93.95 g; Kw. tł. nasy.: 42.36 g; Węglowodany ogółem: 361.11 g; W tym cukry: 78.61 g; Błonnik pok.: 22.72 g; Sól: 7.07 g;	Wartość energetyczna: 2797.36 kcal; Białko ogółem: 118.13 g; Tłuszcz: 94.35 g; Kw. tł. nasy.: 42.85 g; Węglowodany ogółem: 376.94 g; W tym cukry: 78.46 g; Błonnik pok.: 24.85 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 3072.06 kcal; Białko ogółem: 129.06 g; Tłuszcz: 97.81 g; Kw. tł. nasy.: 44.62 g; Węglowodany ogółem: 429.37 g; W tym cukry: 82.92 g; Błonnik pok.: 28.46 g; Sól: 7.35 g;	Wartość energetyczna: 2385.55 kcal; Białko ogółem: 124.55 g; Tłuszcz: 121.40 g; Kw. tł. nasy.: 31.77 g; Węglowodany ogółem: 206.82 g; W tym cukry: 101.15 g; Błonnik pok.: 16.84 g; Sól: 4.11 g;	Wartość energetyczna: 2357.06 kcal; Białko ogółem: 112.56 g; Tłuszcz: 85.98 g; Kw. tł. nasy.: 40.82 g; Węglowodany ogółem: 294.83 g; W tym cukry: 67.64 g; Błonnik pok.: 30.18 g; Sól: 8.04 g;	Wartość energetyczna: 2502.63 kcal; Białko ogółem: 105.69 g; Tłuszcz: 87.18 g; Kw. tł. nasy.: 41.51 g; Węglowodany ogółem: 332.58 g; W tym cukry: 67.15 g; Błonnik pok.: 26.23 g; Sól: 9.00 g;	Wartość energetyczna: 2697.42 kcal; Białko ogółem: 107.24 g; Tłuszcz: 88.96 g; Kw. tł. nasy.: 47.44 g; Węglowodany ogółem: 258.40 g; W tym cukry: 53.20 g; Błonnik pok.: 16.15 g; Sól: 4.26 g;	Wartość energetyczna: 2097.40 kcal; Białko ogółem: 79.32 g; Tłuszcz: 85.09 g; Kw. tł. nasy.: 35.22 g; Węglowodany ogółem: 258.40 g; W tym cukry: 53.20 g; Błonnik pok.: 16.15 g; Sól: 4.26 g;	Wartość energetyczna: 2967.54 kcal; Białko ogółem: 117.20 g; Tłuszcz: 113.71 g; Kw. tł. nasy.: 50.30 g; Węglowodany ogółem: 375.72 g; W tym cukry: 81.15 g; Błonnik pok.: 25.16 g; Sól: 8.84 g;	Wartość energetyczna: 3040.52 kcal; Białko ogółem: 129.89 g; Tłuszcz: 117.54 g; Kw. tł. nasy.: 51.67 g; Węglowodany ogółem: 375.72 g; W tym cukry: 79.99 g; Błonnik pok.: 27.62 g; Sól: 10.29 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwostrawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
2024-06-12 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb Graham 70 g (GLU PSZ), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.), Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE), Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g, Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.), Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.), Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt
						Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko pieczone 150 g	
2024-06-12 środa	Obiad	Pieczarkowa z makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ziemiaki gotowane ( ) 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ), Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ziemiaki gotowane ( ) 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ), Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem ( ) RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ziemiaki gotowane ( ) 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ), Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Surówka z selera i jabolka z olejem ( ) b/c 100 g (SEL), Marchew gotowana z olejem ( ) 100 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ziemiaki gotowane ( ) 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ), Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ziemiaki gotowane ( ) 200 g, Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ), Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Surówka z marchwi i chrzanu ( ) 200 g (MLE, SOJ), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) ( ) 400 ml (MLE, SEL), Ziemiaki gotowane ( ) 200 g, Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (JAJ), Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (MLE), Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ziemiaki gotowane ( ) 200 g, Pulpet drobiowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ziemiaki gotowane ( ) 200 g, Pulpet drobiowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ziemiaki gotowane ( ) 200 g, Pulpet drobiowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
					Budyni o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE)					Budyni o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE)		
2024-06-12 środa	Kolacja	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Paprykarz szczeciński 100 g (RYB, SOJ), Ogórek świeży 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Grysiowka ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Sok marchwiowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Grysiowka ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - grysiowka ( ) RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Paprykarz szczeciński 100 g (RYB, SOJ), Ogórek świeży 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Sok marchwiowy 200 ml, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g, Masło 83% tł. 20 g (MLE), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Ser żółty 50 g (MLE), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Sok marchwiowy 200 ml	
		Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (MLE, GLU OW.)		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g), 0,5 szt (GLU PSZ, MLE), Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (MLE, GLU OW.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszaný 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g), 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.), Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (MLE, GLU OW.)	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (MLE, GLU OW.)	Mus - przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (MLE, GLU OW.)	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (MLE, GLU OW.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszaný 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g), 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.), Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (MLE, GLU OW.)	
		Wartość energetyczna: 2447,38 kcal; Białko ogółem: 97,27 g; Tłuszcz: 81,76 g; Kw. tł. nasy.: 36,02 g; Węglowodany ogółem: 343,60 g; W tym cukry: 76,74 g; Błonnik pok.: 27,54 g; Sól: 8,28 g;	Wartość energetyczna: 2295,84 kcal; Białko ogółem: 88,64 g; Tłuszcz: 76,38 g; Kw. tł. nasy.: 35,72 g; Węglowodany ogółem: 325,88 g; W tym cukry: 75,59 g; Błonnik pok.: 26,84 g; Sól: 7,35 g;	Wartość energetyczna: 2369,15 kcal; Białko ogółem: 91,04 g; Tłuszcz: 72,54 g; Kw. tł. nasy.: 34,48 g; Węglowodany ogółem: 348,22 g; W tym cukry: 99,00 g; Błonnik pok.: 25,80 g; Sól: 8,63 g;	Wartość energetyczna: 2445,60 kcal; Białko ogółem: 97,53 g; Tłuszcz: 70,15 g; Kw. tł. nasy.: 32,63 g; Węglowodany ogółem: 368,47 g; W tym cukry: 92,37 g; Błonnik pok.: 26,61 g; Sól: 10,43 g;	Wartość energetyczna: 2454,48 kcal; Białko ogółem: 123,91 g; Tłuszcz: 116,04 g; Kw. tł. nasy.: 27,64 g; Węglowodany ogółem: 235,04 g; W tym cukry: 90,42 g; Błonnik pok.: 14,81 g; Sól: 5,95 g;	Wartość energetyczna: 2336,05 kcal; Białko ogółem: 95,80 g; Tłuszcz: 83,16 g; Kw. tł. nasy.: 34,70 g; Węglowodany ogółem: 321,07 g; W tym cukry: 70,21 g; Błonnik pok.: 39,35 g; Sól: 8,45 g;	Wartość energetyczna: 2316,94 kcal; Białko ogółem: 88,62 g; Tłuszcz: 70,37 g; Kw. tł. nasy.: 33,96 g; Węglowodany ogółem: 343,35 g; W tym cukry: 78,99 g; Błonnik pok.: 33,43 g; Sól: 9,74 g;	Wartość energetyczna: 2429,53 kcal; Białko ogółem: 98,41 g; Tłuszcz: 86,18 g; Kw. tł. nasy.: 48,75 g; Węglowodany ogółem: 326,35 g; W tym cukry: 78,82 g; Błonnik pok.: 24,21 g; Sól: 6,33 g;	Wartość energetyczna: 1843,83 kcal; Białko ogółem: 58,31 g; Tłuszcz: 71,06 g; Kw. tł. nasy.: 27,75 g; Węglowodany ogółem: 252,78 g; W tym cukry: 56,66 g; Błonnik pok.: 20,66 g; Sól: 4,04 g;	Wartość energetyczna: 2506,29 kcal; Białko ogółem: 94,88 g; Tłuszcz: 86,14 g; Kw. tł. nasy.: 44,02 g; Węglowodany ogółem: 349,14 g; W tym cukry: 98,58 g; Błonnik pok.: 25,80 g; Sól: 8,42 g;	Wartość energetyczna: 2732,03 kcal; Białko ogółem: 106,38 g; Tłuszcz: 90,94 g; Kw. tł. nasy.: 47,53 g; Węglowodany ogółem: 383,91 g; W tym cukry: 94,93 g; Błonnik pok.: 34,20 g; Sól: 9,90 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
2024-06-13 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odtżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU OW.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek topiony 50 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek topiony 50 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml
	Tł.SN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml										
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (SEL) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (SEL) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odtżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (JAJ, SEL) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (SEL) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jaglane z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jaglane z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE)										
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (MLE, SEL) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (MLE, SEL) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odtżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (JAJ, SEL) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	
		Wartość energetyczna: 2620.92 kcal; Białko ogółem: 101.75 g; Tłuszcz: 99.20 g; Kw. tł. nasy.: 48.69 g; Węglowodany ogółem: 347.07 g; W tym cukry: 83.70 g; Błonnik pok.: 35.51 g; Sól: 8.33 g;	Wartość energetyczna: 2517.16 kcal; Białko ogółem: 105.09 g; Tłuszcz: 91.10 g; Kw. tł. nasy.: 39.93 g; Węglowodany ogółem: 332.44 g; W tym cukry: 73.90 g; Błonnik pok.: 28.33 g; Sól: 6.72 g;	Wartość energetyczna: 2597.52 kcal; Białko ogółem: 104.73 g; Tłuszcz: 91.21 g; Kw. tł. nasy.: 40.38 g; Węglowodany ogółem: 351.29 g; W tym cukry: 78.49 g; Błonnik pok.: 30.09 g; Sól: 6.93 g;	Wartość energetyczna: 2709.22 kcal; Białko ogółem: 124.60 g; Tłuszcz: 124.04 g; Kw. tł. nasy.: 39.94 g; Węglowodany ogółem: 375.09 g; W tym cukry: 82.70 g; Błonnik pok.: 31.36 g; Sól: 6.66 g;	Wartość energetyczna: 2450.41 kcal; Białko ogółem: 110.79 g; Tłuszcz: 85.45 g; Kw. tł. nasy.: 32.19 g; Węglowodany ogółem: 217.50 g; W tym cukry: 100.38 g; Błonnik pok.: 17.75 g; Sól: 4.09 g;	Wartość energetyczna: 2345.49 kcal; Białko ogółem: 104.85 g; Tłuszcz: 85.45 g; Kw. tł. nasy.: 39.68 g; Węglowodany ogółem: 305.74 g; W tym cukry: 68.87 g; Błonnik pok.: 36.39 g; Sól: 7.19 g;	Wartość energetyczna: 2496.76 kcal; Białko ogółem: 98.26 g; Tłuszcz: 86.71 g; Kw. tł. nasy.: 39.48 g; Węglowodany ogółem: 341.65 g; W tym cukry: 68.92 g; Błonnik pok.: 30.39 g; Sól: 8.05 g;	Wartość energetyczna: 2580.48 kcal; Białko ogółem: 91.27 g; Tłuszcz: 101.61 g; Kw. tł. nasy.: 45.28 g; Węglowodany ogółem: 329.54 g; W tym cukry: 73.66 g; Błonnik pok.: 33.74 g; Sól: 6.53 g;	Wartość energetyczna: 2077.96 kcal; Białko ogółem: 73.12 g; Tłuszcz: 84.31 g; Kw. tł. nasy.: 32.76 g; Węglowodany ogółem: 263.17 g; W tym cukry: 48.44 g; Błonnik pok.: 18.74 g; Sól: 3.42 g;	Wartość energetyczna: 2646.67 kcal; Białko ogółem: 97.19 g; Tłuszcz: 102.23 g; Kw. tł. nasy.: 49.19 g; Węglowodany ogółem: 346.04 g; W tym cukry: 79.55 g; Błonnik pok.: 30.59 g; Sól: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 2868.64 kcal; Białko ogółem: 114.04 g; Tłuszcz: 107.86 g; Kw. tł. nasy.: 50.27 g; Węglowodany ogółem: 373.08 g; W tym cukry: 78.39 g; Błonnik pok.: 33.01 g; Sól: 9.29 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwostrawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Vegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb Graham 70 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Dżem wiśniowy 60 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> )	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Dżem wiśniowy 60 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> )	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Dżem wiśniowy 60 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> )	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> )	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek 100 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Jabłko pieczone 150 g	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Dżem wiśniowy 60 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> )	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Dżem wiśniowy 60 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> )	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Jabłko pieczone 150 g	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Jabłko pieczone 150 g
Tłuszcze	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )										
Obiad	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Salatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g ( <u>SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g ( <u>SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - szpinakowa z zacierką () RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g ( <u>SEL</u> ) Salatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g ( <u>SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Kotlety grynczane z cebulką i twarogiem 350g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Sos pieczarkowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Salatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g ( <u>SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g ( <u>SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g ( <u>SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g ( <u>SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD	Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml ( <u>MLE</u> )										
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Selerowa z makaronem () 400 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Selerowa z makaronem () 400 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - selerowa z makaronem () RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt										
	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</u> ) Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
	Wartość energetyczna: 2766.70 kcal; Białko ogółem: 104.29 g; Tłuszcz: 83.12 g; Kw. tł. nasy.: 35.85 g; Węglowodany ogółem: 412.15 g; W tym cukry: 140.47 g; Błonnik pok.: 30.01 g; Sól: 5.59 g;	Wartość energetyczna: 2639.59 kcal; Białko ogółem: 101.18 g; Tłuszcz: 78.48 g; Kw. tł. nasy.: 35.33 g; Węglowodany ogółem: 395.34 g; W tym cukry: 139.24 g; Błonnik pok.: 31.61 g; Sól: 6.32 g;	Wartość energetyczna: 2510.29 kcal; Białko ogółem: 103.51 g; Tłuszcz: 74.50 g; Kw. tł. nasy.: 33.90 g; Węglowodany ogółem: 369.93 g; W tym cukry: 118.16 g; Błonnik pok.: 31.99 g; Sól: 8.04 g;	Wartość energetyczna: 2676.08 kcal; Białko ogółem: 107.29 g; Tłuszcz: 74.15 g; Kw. tł. nasy.: 33.63 g; Węglowodany ogółem: 411.39 g; W tym cukry: 124.12 g; Błonnik pok.: 36.80 g; Sól: 8.11 g;	Wartość energetyczna: 2484.93 kcal; Białko ogółem: 125.55 g; Tłuszcz: 115.62 g; Kw. tł. nasy.: 27.56 g; Węglowodany ogółem: 242.57 g; W tym cukry: 91.51 g; Błonnik pok.: 18.78 g; Sól: 3.96 g;	Wartość energetyczna: 2266.65 kcal; Białko ogółem: 112.80 g; Tłuszcz: 88.91 g; Kw. tł. nasy.: 44.76 g; Węglowodany ogółem: 269.91 g; W tym cukry: 44.75 g; Błonnik pok.: 33.96 g; Sól: 7.34 g;	Wartość energetyczna: 2345.95 kcal; Białko ogółem: 112.84 g; Tłuszcz: 96.85 g; Kw. tł. nasy.: 36.40 g; Węglowodany ogółem: 313.61 g; W tym cukry: 63.60 g; Błonnik pok.: 33.31 g; Sól: 9.41 g;	Wartość energetyczna: 2898.77 kcal; Białko ogółem: 94.32 g; Tłuszcz: 96.85 g; Kw. tł. nasy.: 38.08 g; Węglowodany ogółem: 423.68 g; W tym cukry: 114.25 g; Błonnik pok.: 30.73 g; Sól: 4.89 g;	Wartość energetyczna: 2193.65 kcal; Białko ogółem: 66.48 g; Tłuszcz: 72.75 g; Kw. tł. nasy.: 28.27 g; Węglowodany ogółem: 326.58 g; W tym cukry: 114.25 g; Błonnik pok.: 25.63 g; Sól: 3.01 g;	Wartość energetyczna: 2521.21 kcal; Białko ogółem: 99.01 g; Tłuszcz: 77.82 g; Kw. tł. nasy.: 33.90 g; Węglowodany ogółem: 369.32 g; W tym cukry: 116.18 g; Błonnik pok.: 31.99 g; Sól: 7.26 g;	Wartość energetyczna: 2751.85 kcal; Białko ogółem: 128.95 g; Tłuszcz: 101.25 g; Kw. tł. nasy.: 47.24 g; Węglowodany ogółem: 346.29 g; W tym cukry: 69.98 g; Błonnik pok.: 34.08 g; Sól: 9.81 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Latwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Latwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Latwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.latwo prys.wegl/Latwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Vegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb Graham 70 g (GLU, PSZ.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Płynna odtwycza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU, JECZ.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
Tł.SN							Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml				Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	
Obiad	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ.) Buraczki podprawiane-drobno tarte ( ) 200 g (GLU, PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa (zmielona) 100 g (GLU, PSZ.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte ( ) 200 g (GLU, PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odtwycza - koperkowa z ryżem ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c ( ) 100 g Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) ( ) 100 g (GLU, PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (GLU, PSZ, SOJ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa (bez glutenu) 100 g Sos jarzynowy (bez glutenu) 100 ml (SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) ( ) 200 g (GLU, PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) ( ) 200 g (GLU, PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) ( ) 200 g (GLU, PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD							Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE)				Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE)	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasztet z soczewicy ( ) 70 g (GLU, PSZ, JAJ.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Płynna odtwycza - ziemniaczana ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasztet z soczewicy ( ) 70 g (GLU, PSZ, JAJ.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasztet z soczewicy ( ) 70 g (GLU, PSZ, JAJ.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	
PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU, PSZ, MLE) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU, ZYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE) Wafle ryżowe 20 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU, ZYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)
	Wartość energetyczna: 2705.42 kcal; Białko ogółem: 110.63 g; Tłuszcz: 92.41 g; Kw. tł. nasy.: 40.04 g; Węglowodany ogółem: 373.92 g; W tym cukry: 78.31 g; Błonnik pok.: 34.15 g; Sól: 8.09 g;	Wartość energetyczna: 2493.44 kcal; Białko ogółem: 112.83 g; Tłuszcz: 77.68 g; Kw. tł. nasy.: 38.27 g; Węglowodany ogółem: 346.95 g; W tym cukry: 79.78 g; Błonnik pok.: 24.48 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2581.19 kcal; Białko ogółem: 113.72 g; Tłuszcz: 77.80 g; Kw. tł. nasy.: 38.72 g; Węglowodany ogółem: 366.09 g; W tym cukry: 74.37 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 7.71 g;	Wartość energetyczna: 2745.71 kcal; Białko ogółem: 120.60 g; Tłuszcz: 77.26 g; Kw. tł. nasy.: 38.24 g; Węglowodany ogółem: 404.53 g; W tym cukry: 78.56 g; Błonnik pok.: 31.00 g; Sól: 7.42 g;	Wartość energetyczna: 2447.98 kcal; Białko ogółem: 123.40 g; Tłuszcz: 122.04 g; Kw. tł. nasy.: 31.94 g; Węglowodany ogółem: 223.32 g; W tym cukry: 100.45 g; Błonnik pok.: 19.36 g; Sól: 4.99 g;	Wartość energetyczna: 2520.19 kcal; Białko ogółem: 107.90 g; Tłuszcz: 86.93 g; Kw. tł. nasy.: 39.00 g; Węglowodany ogółem: 343.94 g; W tym cukry: 77.79 g; Błonnik pok.: 35.23 g; Sól: 7.70 g;	Wartość energetyczna: 2496.84 kcal; Białko ogółem: 106.57 g; Tłuszcz: 74.20 g; Kw. tł. nasy.: 37.94 g; Węglowodany ogółem: 360.21 g; W tym cukry: 72.92 g; Błonnik pok.: 26.92 g; Sól: 8.33 g;	Wartość energetyczna: 2685.82 kcal; Białko ogółem: 83.99 g; Tłuszcz: 99.72 g; Kw. tł. nasy.: 45.60 g; Węglowodany ogółem: 378.93 g; W tym cukry: 83.20 g; Błonnik pok.: 34.90 g; Sól: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 2047.34 kcal; Białko ogółem: 75.71 g; Tłuszcz: 75.92 g; Kw. tł. nasy.: 31.56 g; Węglowodany ogółem: 272.45 g; W tym cukry: 51.77 g; Błonnik pok.: 19.99 g; Sól: 3.95 g;	Wartość energetyczna: 2640.69 kcal; Białko ogółem: 106.32 g; Tłuszcz: 88.80 g; Kw. tł. nasy.: 46.79 g; Węglowodany ogółem: 363.69 g; W tym cukry: 74.87 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 8.72 g;	Wartość energetyczna: 2840.73 kcal; Białko ogółem: 113.40 g; Tłuszcz: 92.98 g; Kw. tł. nasy.: 50.23 g; Węglowodany ogółem: 398.49 g; W tym cukry: 90.06 g; Błonnik pok.: 29.86 g; Sól: 10.20 g;	



Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwostrawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
2024-06-16 niedziela	Śniadanie	Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 70 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE</b> ) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE</b> ) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Pastaz twarogu z dżemem brzoskwinowym 100 g Jabłko pieczone 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <b>MLE</b> ) Bulka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Pastaz twarogu z dżemem brzoskwinowym 100 g Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <b>MLE</b> ) Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE</b> ) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Kawa zbożowa z mlekem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Pastaz twarogu z dżemem brzoskwinowym 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Pastaz twarogu z dżemem brzoskwinowym 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE</b> ) Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE</b> ) Kawa zbożowa z mlekem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Jabłko pieczone 150 g
		Tł.SN	Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml									
Obiad	Rosół z makaronem ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udko pieczone 1szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Sznajkarz gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Gryskowa ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Sznajkarz gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Budyń z udzka kurczaka 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos koperkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Sznajkarz gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - rosół z makaronem ( ) RYD 700 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Sznajkarz gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Gryskowa ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Sznajkarz gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Gryskowa ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Sznajkarz gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem (bez glutenu) ( ) 400 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Sznajkarz gotowany z olejem (bez glutenu)* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Sznajkarz gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Sznajkarz gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD	Kefir 2 % tł 200g 1 szt ( <b>MLE</b> )										
Kolejka	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Jarzynowa z ryżem (dieta) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem ( ) RYD 700 g ( <b>JAJ, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Hummus 100 g ( <b>SEZ.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml		
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <b>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</b> ) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <b>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</b> ) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )			
	Wartość energetyczna: 2524.54 kcal; Białko ogółem: 123.82 g; Tłuszcz: 107.59 g; Kw. tł. nasy.: 47.76 g; Węglowodany ogółem: 275.46 g; W tym cukry: 54.41 g; Błonnik pok.: 24.84 g; Sól: 8.15 g;	Wartość energetyczna: 2434.50 kcal; Białko ogółem: 118.30 g; Tłuszcz: 90.29 g; Kw. tł. nasy.: 38.95 g; Węglowodany ogółem: 293.82 g; W tym cukry: 63.41 g; Błonnik pok.: 21.06 g; Sól: 7.14 g;	Wartość energetyczna: 2384.60 kcal; Białko ogółem: 111.90 g; Tłuszcz: 86.66 g; Kw. tł. nasy.: 37.84 g; Węglowodany ogółem: 296.00 g; W tym cukry: 65.54 g; Błonnik pok.: 21.37 g; Sól: 8.02 g;	Wartość energetyczna: 2581.55 kcal; Białko ogółem: 106.97 g; Tłuszcz: 72.06 g; Kw. tł. nasy.: 35.15 g; Węglowodany ogółem: 384.70 g; W tym cukry: 87.08 g; Błonnik pok.: 24.77 g; Sól: 8.38 g;	Wartość energetyczna: 2471.94 kcal; Białko ogółem: 123.45 g; Tłuszcz: 114.29 g; Kw. tł. nasy.: 27.33 g; Węglowodany ogółem: 241.63 g; W tym cukry: 88.93 g; Błonnik pok.: 16.77 g; Sól: 3.81 g;	Wartość energetyczna: 2501.51 kcal; Białko ogółem: 136.13 g; Tłuszcz: 108.28 g; Kw. tł. nasy.: 50.82 g; Węglowodany ogółem: 257.44 g; W tym cukry: 43.39 g; Błonnik pok.: 29.33 g; Sól: 8.64 g;	Wartość energetyczna: 2486.86 kcal; Białko ogółem: 126.85 g; Tłuszcz: 92.48 g; Kw. tł. nasy.: 42.25 g; Węglowodany ogółem: 293.18 g; W tym cukry: 56.59 g; Błonnik pok.: 23.76 g; Sól: 9.49 g;	Wartość energetyczna: 2504.52 kcal; Białko ogółem: 72.19 g; Tłuszcz: 101.80 g; Kw. tł. nasy.: 34.99 g; Węglowodany ogółem: 329.16 g; W tym cukry: 66.65 g; Błonnik pok.: 24.59 g; Sól: 6.76 g;	Wartość energetyczna: 2266.27 kcal; Białko ogółem: 94.63 g; Tłuszcz: 90.45 g; Kw. tł. nasy.: 36.01 g; Węglowodany ogółem: 271.01 g; W tym cukry: 54.39 g; Błonnik pok.: 15.90 g; Sól: 3.94 g;	Wartość energetyczna: 2516.94 kcal; Białko ogółem: 122.08 g; Tłuszcz: 102.57 g; Kw. tł. nasy.: 47.26 g; Węglowodany ogółem: 284.72 g; W tym cukry: 63.49 g; Błonnik pok.: 21.84 g; Sól: 9.09 g;	Wartość energetyczna: 2656.41 kcal; Białko ogółem: 138.87 g; Tłuszcz: 108.20 g; Kw. tł. nasy.: 48.34 g; Węglowodany ogółem: 291.15 g; W tym cukry: 45.35 g; Błonnik pok.: 24.23 g; Sól: 10.39 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwostrawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb Graham 70 g (GLU, PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odtwycza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU, OW.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	
II SN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml											
Obiad	Grochowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jablek ( ) z/c 80 g (MLE) Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino ( ) 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mus z jablek ( ) z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odtwycza - solferino ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mus z jablek ( ) b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino ( ) 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mus z jablek ( ) z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mus z jablek ( ) z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino (bez glutenu) ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mus z jablek ( ) z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino ( ) 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mus z jablek ( ) z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino ( ) 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mus z jablek ( ) b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE)											
Kolacja	Mix салат 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Mix салат 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Gryskowa ( ) 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Płynna odtwycza - gryskowa ( ) RYD 700 g (GLU, PSZ, JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Mix салат 20 g Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z twarogu i rzodkiewki 100 g (MLE) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mix салат 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Mix салат 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonie niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonie niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	
PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE) Wafle ryżowe 20 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)
	Wartość energetyczna: 2493,85 kcal; Białko ogółem: 96,64 g; Tłuszcz: 76,14 g; Kw. tł. nasy.: 40,15 g; Węglowodany ogółem: 365,87 g; W tym cukry: 72,06 g; Błonnik pok.: 32,08 g; Sól: 6,37 g;	Wartość energetyczna: 2361,12 kcal; Białko ogółem: 88,88 g; Tłuszcz: 71,21 g; Kw. tł. nasy.: 40,03 g; Węglowodany ogółem: 349,24 g; W tym cukry: 74,87 g; Błonnik pok.: 19,23 g; Sól: 6,31 g;	Wartość energetyczna: 2393,90 kcal; Białko ogółem: 85,59 g; Tłuszcz: 68,98 g; Kw. tł. nasy.: 37,28 g; Węglowodany ogółem: 362,49 g; W tym cukry: 76,19 g; Błonnik pok.: 20,06 g; Sól: 6,33 g;	Wartość energetyczna: 2446,09 kcal; Białko ogółem: 90,15 g; Tłuszcz: 67,36 g; Kw. tł. nasy.: 36,70 g; Węglowodany ogółem: 375,98 g; W tym cukry: 79,26 g; Błonnik pok.: 20,87 g; Sól: 5,97 g;	Wartość energetyczna: 2463,35 kcal; Białko ogółem: 126,38 g; Tłuszcz: 124,49 g; Kw. tł. nasy.: 32,23 g; Węglowodany ogółem: 218,06 g; W tym cukry: 101,67 g; Błonnik pok.: 18,09 g; Sól: 4,09 g;	Wartość energetyczna: 2404,16 kcal; Białko ogółem: 97,30 g; Tłuszcz: 74,41 g; Kw. tł. nasy.: 40,78 g; Węglowodany ogółem: 350,17 g; W tym cukry: 69,23 g; Błonnik pok.: 37,31 g; Sól: 7,18 g;	Wartość energetyczna: 2410,10 kcal; Białko ogółem: 82,64 g; Tłuszcz: 66,95 g; Kw. tł. nasy.: 37,98 g; Węglowodany ogółem: 374,79 g; W tym cukry: 72,78 g; Błonnik pok.: 21,39 g; Sól: 8,25 g;	Wartość energetyczna: 2541,01 kcal; Białko ogółem: 90,09 g; Tłuszcz: 85,54 g; Kw. tł. nasy.: 45,14 g; Węglowodany ogółem: 363,36 g; W tym cukry: 68,58 g; Błonnik pok.: 24,00 g; Sól: 5,60 g;	Wartość energetyczna: 1929,99 kcal; Białko ogółem: 53,31 g; Tłuszcz: 64,36 g; Kw. tł. nasy.: 32,78 g; Węglowodany ogółem: 286,75 g; W tym cukry: 49,98 g; Błonnik pok.: 12,48 g; Sól: 3,01 g;	Wartość energetyczna: 2447,90 kcal; Białko ogółem: 74,35 g; Tłuszcz: 77,71 g; Kw. tł. nasy.: 44,22 g; Węglowodany ogółem: 369,19 g; W tym cukry: 76,20 g; Błonnik pok.: 22,02 g; Sól: 6,54 g;	Wartość energetyczna: 2736,37 kcal; Białko ogółem: 86,32 g; Tłuszcz: 84,57 g; Kw. tł. nasy.: 49,29 g; Węglowodany ogółem: 415,58 g; W tym cukry: 85,92 g; Błonnik pok.: 25,47 g; Sól: 8,84 g;	

2024-06-17 poniedziałek

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwostrawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ, SEL.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, SEL.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, SEL.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok pomidorowy 200 ml	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Roszponka 10 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml
Tł.SN							Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml				Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
Obiad	Kapuśniak z kapusty białej ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z rzepy białej i jabłka ( ) 200 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa (zmielona) 100 g Sos ziołowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - wielowarzywna z ziemniakami ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Surówka z rzepy białej i jabłka ( ) 100 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Gulasz z soczewicy i papryki ( ) 200 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z rzepy białej i jabłka ( ) 200 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami (bez glutenu) ( ) 200 ml (SEL.) Kasza jagłana na sypko 200 g Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy (bez glutenu) ( ) 100 ml (SEL.) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty białej ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)										Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)
Kolacja	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g (RYB, SEL.) Twaróg półtusty 50 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g (SOJ, MLE) Twaróg półtusty 50 g (SOJ, MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g (SOJ, MLE) Twaróg półtusty 50 g (SOJ, MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, SEL.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g (SOJ, MLE) Twaróg półtusty 50 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Płynna odżywcza - ziemniaczana ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Salata zielona 20 g Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, SEL.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g (RYB, SEL.) Twaróg półtusty 50 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g (SOJ, MLE) Twaróg półtusty 50 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g (SOJ, MLE) Twaróg półtusty 50 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Salata zielona 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g (SOJ, MLE) Twaróg półtusty 50 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g (SOJ, MLE) Twaróg półtusty 50 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g (SOJ, MLE) Twaróg półtusty 50 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g
PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2543,45 kcal; Białko ogółem: 111,61 g; Tłuszcz: 87,06 g; Kw. tł. nasy.: 41,50 g; Węglowodany ogółem: 341,55 g; W tym cukry: 66,13 g; Błonnik pok.: 32,87 g; Sól: 6,79 g;	Wartość energetyczna: 2351,69 kcal; Białko ogółem: 100,95 g; Tłuszcz: 73,87 g; Kw. tł. nasy.: 34,59 g; Węglowodany ogółem: 333,77 g; W tym cukry: 67,00 g; Błonnik pok.: 32,15 g; Sól: 8,41 g;	Wartość energetyczna: 2416,70 kcal; Białko ogółem: 100,94 g; Tłuszcz: 74,40 g; Kw. tł. nasy.: 35,14 g; Węglowodany ogółem: 349,67 g; W tym cukry: 66,65 g; Błonnik pok.: 34,42 g; Sól: 9,34 g;	Wartość energetyczna: 2645,48 kcal; Białko ogółem: 109,25 g; Tłuszcz: 74,09 g; Kw. tł. nasy.: 34,69 g; Węglowodany ogółem: 401,76 g; W tym cukry: 70,84 g; Błonnik pok.: 38,01 g; Sól: 9,10 g;	Wartość energetyczna: 2313,35 kcal; Białko ogółem: 111,41 g; Tłuszcz: 78,38 g; Kw. tł. nasy.: 27,23 g; Węglowodany ogółem: 208,70 g; W tym cukry: 91,86 g; Błonnik pok.: 19,70 g; Sól: 3,88 g;	Wartość energetyczna: 2395,38 kcal; Białko ogółem: 111,41 g; Tłuszcz: 73,26 g; Kw. tł. nasy.: 38,85 g; Węglowodany ogółem: 328,10 g; W tym cukry: 63,48 g; Błonnik pok.: 39,56 g; Sól: 7,53 g;	Wartość energetyczna: 2455,81 kcal; Białko ogółem: 98,93 g; Tłuszcz: 75,44 g; Kw. tł. nasy.: 35,56 g; Węglowodany ogółem: 364,90 g; W tym cukry: 63,78 g; Błonnik pok.: 37,03 g; Sól: 11,33 g;	Wartość energetyczna: 2425,95 kcal; Białko ogółem: 83,17 g; Tłuszcz: 75,44 g; Kw. tł. nasy.: 35,95 g; Węglowodany ogółem: 368,05 g; W tym cukry: 65,85 g; Błonnik pok.: 36,41 g; Sól: 5,23 g;	Wartość energetyczna: 1808,19 kcal; Białko ogółem: 66,62 g; Tłuszcz: 66,53 g; Kw. tł. nasy.: 26,97 g; Węglowodany ogółem: 242,17 g; W tym cukry: 39,65 g; Błonnik pok.: 21,41 g; Sól: 4,17 g;	Wartość energetyczna: 2520,68 kcal; Białko ogółem: 99,32 g; Tłuszcz: 86,09 g; Kw. tł. nasy.: 37,99 g; Węglowodany ogółem: 351,75 g; W tym cukry: 69,48 g; Błonnik pok.: 35,67 g; Sól: 8,30 g;	Wartość energetyczna: 2886,96 kcal; Białko ogółem: 121,05 g; Tłuszcz: 94,40 g; Kw. tł. nasy.: 40,70 g; Węglowodany ogółem: 404,36 g; W tym cukry: 76,82 g; Błonnik pok.: 39,08 g; Sól: 10,46 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g
Tł.SN							Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml				Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
Obiad	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazylkowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Salatka szwedzka () 200 g (GOR.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazylkowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Klopsik drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos bazylkowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Dyńia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Klopsik drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazylkowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Salatka szwedzka () 100 g (GOR.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazylkowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Dyńia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Curry dyniowo-ziemniaczane z ciecierzycą 350 g Salatka szwedzka () 200 g (GOR.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ryżem () 400 g Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazylkowy (bez glutenu) () 100 ml (SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazylkowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazylkowy (bez glutenu) () 100 ml (SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazylkowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD							Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE)				Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE)
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony,drobiowy,parzo ny,wędzony. 50 g (może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony,drobiowy,parzo ny,wędzony. 50 g (może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony,drobiowy,parzo ny,wędzony. 50 g (może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony,drobiowy,parzo ny,wędzony. 50 g (może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony,drobiowy,parzo ny,wędzony. 50 g (może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony,drobiowy,parzo ny,wędzony. 50 g (może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony,drobiowy,parzo ny,wędzony. 50 g (może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony,drobiowy,parzo ny,wędzony. 50 g (może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	
PN			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)
	Wartość energetyczna: 2534.33 kcal; Białko ogółem: 109.35 g; Tłuszcz: 85.31 g; Kw. tł. nasy.: 44.59 g; Węglowodany ogółem: 344.40 g; W tym cukry: 95.49 g; Błonnik pok.: 24.84 g; Sól: 9.23 g;	Wartość energetyczna: 2515.04 kcal; Białko ogółem: 109.20 g; Tłuszcz: 85.57 g; Kw. tł. nasy.: 44.80 g; Węglowodany ogółem: 332.93 g; W tym cukry: 86.68 g; Błonnik pok.: 18.34 g; Sól: 6.58 g;	Wartość energetyczna: 2544.23 kcal; Białko ogółem: 95.65 g; Tłuszcz: 82.17 g; Kw. tł. nasy.: 41.49 g; Węglowodany ogółem: 363.36 g; W tym cukry: 98.42 g; Błonnik pok.: 24.65 g; Sól: 7.43 g;	Wartość energetyczna: 2653.63 kcal; Białko ogółem: 102.59 g; Tłuszcz: 82.00 g; Kw. tł. nasy.: 41.08 g; Węglowodany ogółem: 385.30 g; W tym cukry: 102.69 g; Błonnik pok.: 25.87 g; Sól: 7.16 g;	Wartość energetyczna: 2522.56 kcal; Białko ogółem: 126.51 g; Tłuszcz: 121.37 g; Kw. tł. nasy.: 31.73 g; Węglowodany ogółem: 237.97 g; W tym cukry: 99.87 g; Błonnik pok.: 14.76 g; Sól: 4.07 g;	Wartość energetyczna: 2430.00 kcal; Białko ogółem: 121.29 g; Tłuszcz: 82.42 g; Kw. tł. nasy.: 41.73 g; Węglowodany ogółem: 313.66 g; W tym cukry: 67.68 g; Błonnik pok.: 28.15 g; Sól: 8.75 g;	Wartość energetyczna: 2586.88 kcal; Białko ogółem: 101.72 g; Tłuszcz: 78.85 g; Kw. tł. nasy.: 38.56 g; Węglowodany ogółem: 376.26 g; W tym cukry: 85.22 g; Błonnik pok.: 27.30 g; Sól: 9.36 g;	Wartość energetyczna: 2341.98 kcal; Białko ogółem: 82.21 g; Tłuszcz: 80.92 g; Kw. tł. nasy.: 48.65 g; Węglowodany ogółem: 326.94 g; W tym cukry: 103.82 g; Błonnik pok.: 29.12 g; Sól: 8.70 g;	Wartość energetyczna: 2095.08 kcal; Białko ogółem: 113.64 g; Tłuszcz: 81.56 g; Kw. tł. nasy.: 38.33 g; Węglowodany ogółem: 264.74 g; W tym cukry: 63.84 g; Błonnik pok.: 15.70 g; Sól: 3.26 g;	Wartość energetyczna: 2727.22 kcal; Białko ogółem: 113.64 g; Tłuszcz: 110.75 g; Kw. tł. nasy.: 49.85 g; Węglowodany ogółem: 325.18 g; W tym cukry: 75.18 g; Błonnik pok.: 19.12 g; Sól: 8.79 g;	Wartość energetyczna: 3109.87 kcal; Białko ogółem: 127.04 g; Tłuszcz: 117.83 g; Kw. tł. nasy.: 54.94 g; Węglowodany ogółem: 392.72 g; W tym cukry: 92.38 g; Błonnik pok.: 22.57 g; Sól: 11.14 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Latwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Latwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Latwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.latwo przys.wegl/Latwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) 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 mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) 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 mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Salata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna 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) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Salata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Salata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Ser topiony 50 g (MLE) Salata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sofsya wieprzowa,wędzona ,parzona 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 mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml
II SN	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE)										Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)
Obiad	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Łazanki z kapusta i mies wp z łopatkami 350 g (GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - barszcz czerwony z ziemni () RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pelnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzynowa z olejem b/c () 100 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron ze szpinakiem i twarogiem* 350 g (GLU PSZ, MLE) Surówka wielowarzynowa z olejem () 200 g (SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron ze szpinakiem i twarogiem* 350 g (GLU PSZ, MLE) Surówka wielowarzynowa z olejem () 200 g (SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL.) Makaron bezglutenowy 200 g Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) (bez glutenu) 150 g (SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD	Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE)										Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE)
Kolacja	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Ser żółty 50 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( może zawierać: MLE.)				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszaný 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( może zawierać: MLE.)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszaný 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2595,07 kcal; Białko ogółem: 95,56 g; Tłuszcz: 93,09 g; Kw. tł. nasy.: 39,55 g; Węglowodany ogółem: 352,70 g; W tym cukry: 77,26 g; Błonnik pok.: 35,05 g; Sól: 8,15 g;	Wartość energetyczna: 2456,54 kcal; Białko ogółem: 101,61 g; Tłuszcz: 77,32 g; Kw. tł. nasy.: 36,81 g; Węglowodany ogółem: 347,15 g; W tym cukry: 80,44 g; Błonnik pok.: 24,96 g; Sól: 6,98 g;	Wartość energetyczna: 2536,41 kcal; Białko ogółem: 101,22 g; Tłuszcz: 77,43 g; Kw. tł. nasy.: 37,25 g; Węglowodany ogółem: 365,91 g; W tym cukry: 85,00 g; Błonnik pok.: 26,68 g; Sól: 7,18 g;	Wartość energetyczna: 2667,76 kcal; Białko ogółem: 107,10 g; Tłuszcz: 77,06 g; Kw. tł. nasy.: 36,82 g; Węglowodany ogółem: 394,63 g; W tym cukry: 88,59 g; Błonnik pok.: 27,46 g; Sól: 6,90 g;	Wartość energetyczna: 2381,92 kcal; Białko ogółem: 119,57 g; Tłuszcz: 113,60 g; Kw. tł. nasy.: 27,19 g; Węglowodany ogółem: 225,74 g; W tym cukry: 92,70 g; Błonnik pok.: 18,96 g; Sól: 3,92 g;	Wartość energetyczna: 2497,08 kcal; Białko ogółem: 108,77 g; Tłuszcz: 92,72 g; Kw. tł. nasy.: 39,76 g; Węglowodany ogółem: 315,33 g; W tym cukry: 48,85 g; Błonnik pok.: 47,07 g; Sól: 8,61 g;	Wartość energetyczna: 2560,19 kcal; Białko ogółem: 109,80 g; Tłuszcz: 81,60 g; Kw. tł. nasy.: 40,70 g; Węglowodany ogółem: 354,70 g; W tym cukry: 55,31 g; Błonnik pok.: 31,66 g; Sól: 9,30 g;	Wartość energetyczna: 2646,85 kcal; Białko ogółem: 85,12 g; Tłuszcz: 95,88 g; Kw. tł. nasy.: 42,87 g; Węglowodany ogółem: 368,04 g; W tym cukry: 82,45 g; Błonnik pok.: 31,87 g; Sól: 6,86 g;	Wartość energetyczna: 2024,59 kcal; Białko ogółem: 64,30 g; Tłuszcz: 73,31 g; Kw. tł. nasy.: 30,27 g; Węglowodany ogółem: 281,64 g; W tym cukry: 55,12 g; Błonnik pok.: 19,46 g; Sól: 2,89 g;	Wartość energetyczna: 2604,39 kcal; Białko ogółem: 97,99 g; Tłuszcz: 88,09 g; Kw. tł. nasy.: 44,57 g; Węglowodany ogółem: 363,71 g; W tym cukry: 81,59 g; Błonnik pok.: 26,68 g; Sól: 8,18 g;	Wartość energetyczna: 2942,61 kcal; Białko ogółem: 128,90 g; Tłuszcz: 100,48 g; Kw. tł. nasy.: 49,66 g; Węglowodany ogółem: 391,24 g; W tym cukry: 60,06 g; Błonnik pok.: 32,43 g; Sól: 10,51 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Vegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c						
2024-06-21 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Miód (25g) 2 szt Arbuz 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.)	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.)	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.)	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.) Jabłko pieczone 150 g					
		Arbuz 150 g				Arbuz 150 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml				Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml						
Obiad	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Surówka z kapusty młodej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL, SEL.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (JAJ, SEL, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ, SEL, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL, SEL.) Spaghetti vegetariańskie z soczewicą 350 g (GLU PSZ, SEL, SEL.) Surówka z kapusty młodej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku (bez glutenu) () 200 g (SEL, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku (bez glutenu) () 200 g (SEL, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (GLU PSZ, MLE.)	Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (GLU PSZ, MLE.)				
	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)
PN	Wartość energetyczna: 2773.13 kcal; Białko ogółem: 101.56 g; Tłuszcz: 96.17 g; Kw. tł. nasy.: 39.64 g; Węglowodany ogółem: 385.60 g; W tym cukry: 94.62 g; Błonnik pok.: 24.37 g; Sól: 5.55 g;	Wartość energetyczna: 2566.50 kcal; Białko ogółem: 98.28 g; Tłuszcz: 79.97 g; Kw. tł. nasy.: 38.52 g; Węglowodany ogółem: 374.42 g; W tym cukry: 90.28 g; Błonnik pok.: 25.34 g; Sól: 5.62 g;	Wartość energetyczna: 2562.63 kcal; Białko ogółem: 101.83 g; Tłuszcz: 76.55 g; Kw. tł. nasy.: 37.43 g; Węglowodany ogółem: 378.10 g; W tym cukry: 93.20 g; Błonnik pok.: 26.12 g; Sól: 7.64 g;	Wartość energetyczna: 2743.59 kcal; Białko ogółem: 105.81 g; Tłuszcz: 76.70 g; Kw. tł. nasy.: 37.38 g; Węglowodany ogółem: 420.90 g; W tym cukry: 98.70 g; Błonnik pok.: 28.76 g; Sól: 7.81 g;	Wartość energetyczna: 2563.99 kcal; Białko ogółem: 130.90 g; Tłuszcz: 123.47 g; Kw. tł. nasy.: 32.91 g; Węglowodany ogółem: 238.99 g; W tym cukry: 103.92 g; Błonnik pok.: 14.91 g; Sól: 4.15 g;	Wartość energetyczna: 2444.53 kcal; Białko ogółem: 121.56 g; Tłuszcz: 83.66 g; Kw. tł. nasy.: 39.61 g; Węglowodany ogółem: 319.55 g; W tym cukry: 83.05 g; Błonnik pok.: 34.33 g; Sól: 6.83 g;	Wartość energetyczna: 2577.02 kcal; Białko ogółem: 116.27 g; Tłuszcz: 76.73 g; Kw. tł. nasy.: 38.39 g; Węglowodany ogółem: 370.17 g; W tym cukry: 92.63 g; Błonnik pok.: 30.25 g; Sól: 10.04 g;	Wartość energetyczna: 2558.71 kcal; Białko ogółem: 81.37 g; Tłuszcz: 79.94 g; Kw. tł. nasy.: 38.18 g; Węglowodany ogółem: 389.50 g; W tym cukry: 87.89 g; Błonnik pok.: 25.35 g; Sól: 4.61 g;	Wartość energetyczna: 2077.08 kcal; Białko ogółem: 62.16 g; Tłuszcz: 71.30 g; Kw. tł. nasy.: 30.81 g; Węglowodany ogółem: 303.87 g; W tym cukry: 61.93 g; Błonnik pok.: 19.80 g; Sól: 2.63 g;	Wartość energetyczna: 2561.27 kcal; Białko ogółem: 98.82 g; Tłuszcz: 80.15 g; Kw. tł. nasy.: 38.56 g; Węglowodany ogółem: 372.71 g; W tym cukry: 93.39 g; Błonnik pok.: 26.59 g; Sól: 6.59 g;	Wartość energetyczna: 2896.86 kcal; Białko ogółem: 129.54 g; Tłuszcz: 88.04 g; Kw. tł. nasy.: 43.72 g; Węglowodany ogółem: 411.83 g; W tym cukry: 109.28 g; Błonnik pok.: 31.76 g; Sól: 9.37 g;						

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Latwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Latwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Latwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 z ogr.latwo przys.węgl/Latwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
2024-06-22 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Chleb Graham 70 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane, wędz. parz w osłonce niejadalnej) 140 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Ketchup 20 g ( <u>SEL.</u> ) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Salata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 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> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Serek homo. o smaku naturalnym z zieleni 100 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Sok pomidorowy 200 ml
		II SN	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )							Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )		
2024-06-22 sobota	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Pulpet drobiowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g ( <u>JAJ, SEL.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml ( <u>SEL.</u> ) Ryz na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g ( <u>JAJ.</u> ) Gulasz sojowy z warzywami * 200 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
		PD	Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml ( <u>MLE</u> )							Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml ( <u>MLE</u> )		
2024-06-22 sobota	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Selerowa z makaronem () 400 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - selerowa z makaronem () RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml
		PN	Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt ( <u>MLE</u> )		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> )		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</u> ) Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt ( <u>MLE</u> )		Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt ( <u>MLE</u> )		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</u> ) Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt ( <u>MLE</u> )	
	Wartość energetyczna: 2776.84 kcal; Białko ogółem: 111.12 g; Tłuszcz: 101.26 g; Kw. tł. nasy.: 42.53 g; Węglowodany ogółem: 364.14 g; W tym cukry: 91.94 g; Błonnik pok.: 30.59 g; Sól: 12.02 g;	Wartość energetyczna: 2518.03 kcal; Białko ogółem: 100.40 g; Tłuszcz: 79.31 g; Kw. tł. nasy.: 34.86 g; Węglowodany ogółem: 361.10 g; W tym cukry: 87.74 g; Błonnik pok.: 27.72 g; Sól: 8.80 g;	Wartość energetyczna: 2545.66 kcal; Białko ogółem: 101.11 g; Tłuszcz: 68.99 g; Kw. tł. nasy.: 37.42 g; Węglowodany ogółem: 388.01 g; W tym cukry: 114.83 g; Błonnik pok.: 26.38 g; Sól: 9.11 g;	Wartość energetyczna: 2689.67 kcal; Białko ogółem: 108.20 g; Tłuszcz: 75.21 g; Kw. tł. nasy.: 37.42 g; Węglowodany ogółem: 407.80 g; W tym cukry: 110.57 g; Błonnik pok.: 30.21 g; Sól: 9.22 g;	Wartość energetyczna: 2462.59 kcal; Białko ogółem: 125.67 g; Tłuszcz: 122.18 g; Kw. tł. nasy.: 32.03 g; Węglowodany ogółem: 225.04 g; W tym cukry: 103.77 g; Błonnik pok.: 20.61 g; Sól: 5.02 g;	Wartość energetyczna: 2459.35 kcal; Białko ogółem: 112.77 g; Tłuszcz: 88.16 g; Kw. tł. nasy.: 37.79 g; Węglowodany ogółem: 371.66 g; W tym cukry: 67.76 g; Błonnik pok.: 34.01 g; Sól: 9.85 g;	Wartość energetyczna: 2535.22 kcal; Białko ogółem: 108.73 g; Tłuszcz: 71.98 g; Kw. tł. nasy.: 36.65 g; Węglowodany ogółem: 371.47 g; W tym cukry: 81.52 g; Błonnik pok.: 28.87 g; Sól: 11.74 g;	Wartość energetyczna: 2548.14 kcal; Białko ogółem: 102.08 g; Tłuszcz: 80.74 g; Kw. tł. nasy.: 39.91 g; Węglowodany ogółem: 358.61 g; W tym cukry: 86.87 g; Błonnik pok.: 36.87 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2072.21 kcal; Białko ogółem: 64.78 g; Tłuszcz: 73.51 g; Kw. tł. nasy.: 27.43 g; Węglowodany ogółem: 291.93 g; W tym cukry: 60.47 g; Błonnik pok.: 16.36 g; Sól: 4.35 g;	Wartość energetyczna: 2569.43 kcal; Białko ogółem: 96.61 g; Tłuszcz: 79.59 g; Kw. tł. nasy.: 41.50 g; Węglowodany ogółem: 374.83 g; W tym cukry: 114.80 g; Błonnik pok.: 25.41 g; Sól: 6.77 g;	Wartość energetyczna: 2876.65 kcal; Białko ogółem: 126.87 g; Tłuszcz: 92.42 g; Kw. tł. nasy.: 46.67 g; Węglowodany ogółem: 394.67 g; W tym cukry: 93.27 g; Błonnik pok.: 30.99 g; Sól: 12.06 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwostrawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek żółty 50 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g
II ŚN							Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml				Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
Obiad	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAŁ.) Mizeria 200 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Warzywa po grecku () b/c 200 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany -zmielony 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Warzywa po grecku () b/c 200 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - pomidorowa z makaronem () RYD 700 g (GLU PSZ, JAŁ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Mizeria 100 g (MLE) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Mizeria 200 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Falafele klopsiki z ciecierzycy 100 g (GLU PSZ, SEL.) Mizeria 200 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaki gotowane () 200 g Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL.) Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
PD							Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE)				Mleko UHT 200ml, 3,5%tł 1 Por (MLE)
Kolacja	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (JAŁ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanaпка z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanaпка z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanaпка z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanaпка z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanaпка z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.)
	Wartość energetyczna: 2281.27 kcal; Białko ogółem: 89.95 g; Tłuszcz: 84.46 g; Kw. tł. nasy.: 41.38 g; Węglowodany ogółem: 299.62 g; W tym cukry: 58.69 g; Błonnik pok.: 22.33 g; Sól: 7.17 g;	Wartość energetyczna: 2005.28 kcal; Białko ogółem: 100.19 g; Tłuszcz: 56.13 g; Kw. tł. nasy.: 29.57 g; Węglowodany ogółem: 277.78 g; W tym cukry: 51.68 g; Błonnik pok.: 16.65 g; Sól: 6.03 g;	Wartość energetyczna: 2135.86 kcal; Białko ogółem: 98.41 g; Tłuszcz: 59.77 g; Kw. tł. nasy.: 30.12 g; Węglowodany ogółem: 312.19 g; W tym cukry: 62.58 g; Błonnik pok.: 27.32 g; Sól: 7.25 g;	Wartość energetyczna: 2545.16 kcal; Białko ogółem: 118.21 g; Tłuszcz: 66.47 g; Kw. tł. nasy.: 33.72 g; Węglowodany ogółem: 380.76 g; W tym cukry: 82.53 g; Błonnik pok.: 28.87 g; Sól: 7.34 g;	Wartość energetyczna: 2465.95 kcal; Białko ogółem: 123.46 g; Tłuszcz: 114.57 g; Kw. tł. nasy.: 27.35 g; Węglowodany ogółem: 240.94 g; W tym cukry: 91.79 g; Błonnik pok.: 18.01 g; Sól: 3.88 g;	Wartość energetyczna: 2235.30 kcal; Białko ogółem: 120.26 g; Tłuszcz: 77.22 g; Kw. tł. nasy.: 45.35 g; Węglowodany ogółem: 276.36 g; W tym cukry: 33.72 g; Błonnik pok.: 30.15 g; Sól: 8.26 g;	Wartość energetyczna: 2334.21 kcal; Białko ogółem: 113.73 g; Tłuszcz: 66.59 g; Kw. tł. nasy.: 35.21 g; Węglowodany ogółem: 331.90 g; W tym cukry: 39.45 g; Błonnik pok.: 33.07 g; Sól: 9.51 g;	Wartość energetyczna: 2183.02 kcal; Białko ogółem: 73.64 g; Tłuszcz: 81.23 g; Kw. tł. nasy.: 40.91 g; Węglowodany ogółem: 300.56 g; W tym cukry: 58.01 g; Błonnik pok.: 18.61 g; Sól: 5.67 g;	Wartość energetyczna: 1830.54 kcal; Białko ogółem: 78.73 g; Tłuszcz: 57.66 g; Kw. tł. nasy.: 26.59 g; Węglowodany ogółem: 247.43 g; W tym cukry: 42.88 g; Błonnik pok.: 11.41 g; Sól: 3.10 g;	Wartość energetyczna: 2166.73 kcal; Białko ogółem: 99.24 g; Tłuszcz: 69.00 g; Kw. tł. nasy.: 40.02 g; Węglowodany ogółem: 292.28 g; W tym cukry: 51.47 g; Błonnik pok.: 18.81 g; Sól: 7.98 g;	Wartość energetyczna: 2403.08 kcal; Białko ogółem: 114.36 g; Tłuszcz: 78.82 g; Kw. tł. nasy.: 47.13 g; Węglowodany ogółem: 315.99 g; W tym cukry: 29.54 g; Błonnik pok.: 24.56 g; Sól: 10.25 g;



### **Oznaczenia alergenów:**

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

### **Oznaczenia wskaźników odż:**

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

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-07-07 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 Sonda NIE PROWANTOWAĆ	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Vegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU JEJCZ.</b> ) Chleb Graham 70 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE, GOR.</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b> ) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</b> ) Salata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU JEJCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE, GOR.</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b> ) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</b> ) Salata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU JEJCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE, GOR.</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b> ) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</b> ) Jabłko pieczone 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU JEJCZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE, GOR.</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</b> ) Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <b>MLE, GLU JEJCZ.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</b> )	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</b> )	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE, GOR.</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b> ) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</b> ) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE, GOR.</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b> ) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</b> ) Jabłko pieczone 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU JEJCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE, GOR.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE, GOR.</b> ) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</b> ) Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE, GOR.</b> ) Piersz delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU JEJCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE, GOR.</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</b> ) Jabłko pieczone 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU JEJCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>MLE, GLU JEJCZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE, GOR.</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</b> ) Jabłko pieczone 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU JEJCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>MLE, GLU JEJCZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE, GOR.</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</b> ) Jabłko pieczone 150 g
I/SN							Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )			Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )			
Obiad	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą ( ) 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z pora i jabłka ( ) 200 g ( <b>MLE.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos koperkowy ( ) 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - brokułowa z ryżem ( ) RYD 700 g ( <b>JAJ, SEL.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD ( ) 700 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą ( ) 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z pora i jabłka ( ) 100 g ( <b>MLE.</b> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos koperkowy ( ) 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Surówka z pora i jabłka ( ) 200 g ( <b>MLE.</b> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* (bez glutenu) 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE, GOR.</b> ) Twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Sproż w sosie pomidorowym 50 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	Roszonka 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE, GOR.</b> ) Twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Sproż w sosie pomidorowym 50 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE, GOR.</b> ) Twarówek 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Twarówek 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Jarzynowa z makaronem dieta ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem ( ) RYD 700 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD ( ) 700 ml ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Roszonka 10 g Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE, GOR.</b> ) Twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Sproż w sosie pomidorowym 50 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 90 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE, GOR.</b> ) Twarówek 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Roszonka 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE, GOR.</b> ) Twarówek 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	Roszonka 10 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE, GOR.</b> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE, GOR.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE, GOR.</b> ) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</b> ) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>MLE, GLU JEJCZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE, GOR.</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</b> ) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>MLE, GLU JEJCZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE, GOR.</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</b> ) Jabłko pieczone 150 g
PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )		Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</b> ) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )		
	Wartość energetyczna: 2357,72 kcal; Białko ogółem: 89,29 g; Tłuszcz: 71,21 g; Kw. tł. nasy.: 36,30 g; Węglowodany ogółem: 353,60 g; W tym cukry: 82,94 g; Błonnik pok.: 35,47 g; Sól: 7,68 g;	Wartość energetyczna: 2297,09 kcal; Białko ogółem: 84,23 g; Tłuszcz: 72,71 g; Kw. tł. nasy.: 34,78 g; Węglowodany ogółem: 339,22 g; W tym cukry: 89,13 g; Błonnik pok.: 32,97 g; Sól: 8,33 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: 2250,86 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.: 33,34 g; Sól: 8,62 g;	Wartość energetyczna: 2197,52 kcal; Białko ogółem: 137,86 g; Tłuszcz: 84,97 g; Kw. tł. nasy.: 38,98 g; Węglowodany ogółem: 225,13 g; W tym cukry: 74,80 g; Błonnik pok.: 13,72 g; Sól: 2,55 g;	Wartość energetyczna: 2268,95 kcal; Białko ogółem: 89,55 g; Tłuszcz: 72,57 g; Kw. tł. nasy.: 36,28 g; Węglowodany ogółem: 349,47 g; W tym cukry: 85,66 g; Błonnik pok.: 40,93 g; Sól: 8,29 g;	Wartość energetyczna: 2418,55 kcal; Białko ogółem: 95,53 g; Tłuszcz: 81,90 g; Kw. tł. nasy.: 44,90 g; Węglowodany ogółem: 363,39 g; W tym cukry: 84,55 g; Błonnik pok.: 33,13 g; Sól: 7,12 g;	Wartość energetyczna: 2445,37 kcal; Białko ogółem: 91,12 g; Tłuszcz: 81,90 g; Kw. tł. nasy.: 44,90 g; Węglowodany ogółem: 349,47 g; W tym cukry: 84,55 g; Błonnik pok.: 33,13 g; Sól: 7,12 g;	Wartość energetyczna: 2445,37 kcal; Białko ogółem: 91,12 g; Tłuszcz: 81,90 g; Kw. tł. nasy.: 44,90 g; Węglowodany ogółem: 349,47 g; W tym cukry: 84,55 g; Błonnik pok.: 33,13 g; Sól: 7,12 g;	Wartość energetyczna: 2437,55 kcal; Białko ogółem: 81,59 g; Tłuszcz: 84,04 g; Kw. tł. nasy.: 42,20 g; Węglowodany ogółem: 353,93 g; W tym cukry: 99,83 g; Błonnik pok.: 35,37 g; Sól: 10,09 g;	Wartość energetyczna: 2437,55 kcal; Białko ogółem: 81,59 g; Tłuszcz: 84,04 g; Kw. tł. nasy.: 42,20 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.: 44,89 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 2024-06-24 do dnia 2024-07-07 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 Sonda NIE PROWANTOWAĆ	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 GLU/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c												
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wiewprzowych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Sałata lodowa 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunkowa Extra-wędzonka wiewprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunkowa Extra-wędzonka wiewprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, MLE) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunkowa Extra-wędzonka wiewprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE) Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE) Kawa zbożowa z młkiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunkowa Extra-wędzonka wiewprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z młkiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunkowa Extra-wędzonka wiewprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Kawa zbożowa z młkiem 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) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (MLE) Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Sałata lodowa 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo. z dodat.wody w ost.niejad 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wiewprzowych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wiewprzowych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Kawa zbożowa z młkiem 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) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wiewprzowych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 200 g (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Szyunka wiewprzowa pieczona 100 g Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sofferino ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Szyunka wiewprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sofferino ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Szyunka wiewprzowa gotowana (zmielona) 100 g Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - sofferino ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD ( ) 700 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Szyunka wiewprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sofferino ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Szyunka wiewprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron bezglutenowy 200 g Szyunka wiewprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (MLE) Dynia duszona z olejem* (bez glutenu) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sofferino (bez glutenu) ( ) 400 ml (MLE, SEL) Makaron bezglutenowy 200 g Szyunka wiewprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (MLE) Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sofferino ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Szyunka wiewprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (GLU PSZ, MLE)	Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (GLU PSZ, MLE)
II ŚN	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE)											Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE)												
Obiad	Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (GLU PSZ, MLE)											Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (GLU PSZ, MLE)												
PD	Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (GLU PSZ, MLE)											Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (GLU PSZ, MLE)												
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunka piastowska-wędzonka wiewprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunka piastowska-wędzonka wiewprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Przekier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, MLE) Szyunka piastowska-wędzonka wiewprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Przekier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE)	Płynna odżywcza - ziemniaczana ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD ( ) 700 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunka piastowska-wędzonka wiewprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunka piastowska-wędzonka wiewprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Przekier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: 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) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb 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) Szyunka piastowska-wędzonka wiewprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Przekier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunka piastowska-wędzonka wiewprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Przekier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunka piastowska-wędzonka wiewprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Przekier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE)											
PN	Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)		Kanaпка 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)		Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)		Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)		Kanaпка 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)											

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Latwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Latwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Latwo strawna płynna	KRK- RYD Sonda NIE PROWANTOWAĆ	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.latwo przys.węgl/Latwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Vegetariańska	KRK- RYD GLU/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c		
2024-06-25 wtorek	Wartość energetyczna: 2692.69 kcal; Białko ogółem: 123.87 g; Tłuszcz: 90.08 g; Kw. tł. nasy.: 41.95 g; Węglowodany ogółem: 352.14 g; W tym cukry: 66.56 g; Błonnik pok.: 27.58 g; Sól: 8.02 g;	Wartość energetyczna: 2656.60 kcal; Białko ogółem: 119.79 g; Tłuszcz: 81.65 g; Kw. tł. nasy.: 39.51 g; Węglowodany ogółem: 364.59 g; W tym cukry: 73.17 g; Błonnik pok.: 21.16 g; Sól: 8.36 g;	Wartość energetyczna: 2724.88 kcal; Białko ogółem: 119.64 g; Tłuszcz: 81.84 g; Kw. tł. nasy.: 39.50 g; Węglowodany ogółem: 379.01 g; W tym cukry: 86.13 g; Błonnik pok.: 21.08 g; Sól: 9.28 g;	Wartość energetyczna: 2953.66 kcal; Białko ogółem: 127.95 g; Tłuszcz: 81.53 g; Kw. tł. nasy.: 39.05 g; Węglowodany ogółem: 431.10 g; W tym cukry: 90.32 g; Błonnik pok.: 24.67 g; Sól: 9.04 g;	Wartość energetyczna: 2479.59 kcal; Białko ogółem: 127.15 g; Tłuszcz: 122.77 g; Kw. tł. nasy.: 32.16 g; Węglowodany ogółem: 226.61 g; W tym cukry: 108.41 g; Błonnik pok.: 21.92 g; Sól: 4.40 g;	Wartość energetyczna: 2264.12 kcal; Białko ogółem: 141.62 g; Tłuszcz: 91.97 g; Kw. tł. nasy.: 43.38 g; Węglowodany ogółem: 223.64 g; W tym cukry: 84.20 g; Błonnik pok.: 10.75 g; Sól: 2.75 g;	Wartość energetyczna: 2375.00 kcal; Białko ogółem: 124.20 g; Tłuszcz: 81.42 g; Kw. tł. nasy.: 40.99 g; Węglowodany ogółem: 293.88 g; W tym cukry: 62.03 g; Błonnik pok.: 8.90 g;	Wartość energetyczna: 2561.19 kcal; Białko ogółem: 118.05 g; Tłuszcz: 79.98 g; Kw. tł. nasy.: 40.95 g; Węglowodany ogółem: 364.84 g; W tym cukry: 78.76 g; Błonnik pok.: 23.51 g; Sól: 10.59 g;	Wartość energetyczna: 2692.91 kcal; Białko ogółem: 88.53 g; Tłuszcz: 102.16 g; Kw. tł. nasy.: 52.27 g; Węglowodany ogółem: 364.84 g; W tym cukry: 67.52 g; Błonnik pok.: 23.99 g; Sól: 5.14 g;	Wartość energetyczna: 1967.56 kcal; Białko ogółem: 73.69 g; Tłuszcz: 71.71 g; Kw. tł. nasy.: 31.96 g; Węglowodany ogółem: 383.56 g; W tym cukry: 47.42 g; Błonnik pok.: 15.30 g; Sól: 4.57 g;	Wartość energetyczna: 2805.95 kcal; Białko ogółem: 121.47 g; Tłuszcz: 46.58 g; Kw. tł. nasy.: 41.82 g; Węglowodany ogółem: 383.56 g; W tym cukry: 86.09 g; Błonnik pok.: 23.36 g; Sól: 8.70 g;	Wartość energetyczna: 2952.00 kcal; Białko ogółem: 134.39 g; Tłuszcz: 93.51 g; Kw. tł. nasy.: 47.30 g; Węglowodany ogółem: 397.51 g; W tym cukry: 96.68 g; Błonnik pok.: 24.56 g; Sól: 10.42 g;		
2024-06-26 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb Graham 70 g (GLU, PSZ.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ, ŻYT, GLU, JECZ.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU, OW.) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (GLU, PSZ, SOJ, MLE) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	
		II Śni						Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko pieczone 150 g	
2024-06-26 środa	Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami ( ) 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemiaki gotowane ( ) 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte ( ) 200 g (GLU, PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysiwka ( ) 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemiaki gotowane ( ) 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte ( ) 200 g (GLU, PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - grysiwka ( ) RYD 700 g (GLU, PSZ, JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD ( ) 700 ml (GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami ( ) 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemiaki gotowane ( ) 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) ( ) 100 g (GLU, PSZ.) Mizeria 100 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami ( ) 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemiaki gotowane ( ) 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) ( ) 200 g (GLU, PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysiwka ( ) 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemiaki gotowane ( ) 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) ( ) 200 g (GLU, PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami ( ) 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemiaki gotowane ( ) 200 g Zrapiekanka z ziemniaków i warzyw ( ) 350 g (JAJ, MLE, SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte ( ) 200 g Sos jarzynowy (bez glutenu) ( ) 100 ml (SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte ( ) (bez glutenu) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemiaki gotowane ( ) 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 100 g (JAJ, MLE, SEL.) Sos jarzynowy (bez glutenu) ( ) 100 ml (SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte ( ) (bez glutenu) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysiwka ( ) 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemiaki gotowane ( ) 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte ( ) 200 g (GLU, PSZ, JAJ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE)	Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE)	
		PD												
2024-06-26 środa	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wiewiórzyczny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ, ŻYT, GLU, JECZ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ryżowa ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL., MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD ( ) 700 ml (GLU, PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wiewiórzyczny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wiewiórzyczny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		PN		Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU, PSZ, MLE.) Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU, ŻYT.) Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU, ŻYT.) Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2894.84 kcal; Białko ogółem: 112.59 g; Tłuszcz: 100.91 g; Kw. tł. nasy.: 44.35 g; Węglowodany ogółem: 399.95 g; W tym cukry: 82.96 g; Błonnik pok.: 35.60 g; Sól: 8.00 g;	Wartość energetyczna: 2319.56 kcal; Białko ogółem: 97.25 g; Tłuszcz: 63.09 g; Kw. tł. nasy.: 32.60 g; Węglowodany ogółem: 351.92 g; W tym cukry: 62.10 g; Błonnik pok.: 27.52 g; Sól: 6.87 g;	Wartość energetyczna: 2314.34 kcal; Białko ogółem: 99.31 g; Tłuszcz: 62.61 g; Kw. tł. nasy.: 32.57 g; Węglowodany ogółem: 347.04 g; W tym cukry: 69.74 g; Błonnik pok.: 27.85 g; Sól: 7.80 g;	Wartość energetyczna: 2445.69 kcal; Białko ogółem: 105.19 g; Tłuszcz: 62.24 g; Kw. tł. nasy.: 32.14 g; Węglowodany ogółem: 375.76 g; W tym cukry: 73.33 g; Błonnik pok.: 28.63 g; Sól: 7.52 g;	Wartość energetyczna: 2524.91 kcal; Białko ogółem: 125.45 g; Tłuszcz: 119.70 g; Kw. tł. nasy.: 28.45 g; Węglowodany ogółem: 246.12 g; W tym cukry: 95.92 g; Błonnik pok.: 23.70 g; Sól: 4.16 g;	Wartość energetyczna: 2192.12 kcal; Białko ogółem: 135.82 g; Tłuszcz: 84.97 g; Kw. tł. nasy.: 38.98 g; Węglowodany ogółem: 226.24 g; W tym cukry: 74.80 g; Błonnik pok.: 12.55 g; Sól: 2.55 g;	Wartość energetyczna: 2437.79 kcal; Białko ogółem: 106.22 g; Tłuszcz: 79.41 g; Kw. tł. nasy.: 43.07 g; Węglowodany ogółem: 343.24 g; W tym cukry: 62.79 g; Błonnik pok.: 37.79 g; Sól: 8.00 g;	Wartość energetyczna: 2268.47 kcal; Białko ogółem: 93.45 g; Tłuszcz: 58.74 g; Kw. tł. nasy.: 31.73 g; Węglowodany ogółem: 351.34 g; W tym cukry: 65.88 g; Błonnik pok.: 31.16 g; Sól: 8.92 g;	Wartość energetyczna: 2506.29 kcal; Białko ogółem: 95.11 g; Tłuszcz: 63.39 g; Kw. tł. nasy.: 41.46 g; Węglowodany ogółem: 359.33 g; W tym cukry: 93.70 g; Błonnik pok.: 36.17 g; Sól: 5.39 g;	Wartość energetyczna: 1897.11 kcal; Białko ogółem: 67.08 g; Tłuszcz: 63.62 g; Kw. tł. nasy.: 25.88 g; Węglowodany ogółem: 280.24 g; W tym cukry: 57.30 g; Błonnik pok.: 19.59 g; Sól: 3.56 g;	Wartość energetyczna: 2314.34 kcal; Białko ogółem: 99.31 g; Tłuszcz: 62.61 g; Kw. tł. nasy.: 32.57 g; Węglowodany ogółem: 347.04 g; W tym cukry: 69.74 g; Błonnik pok.: 27.85 g; Sól: 7.80 g;	Wartość energetyczna: 2562.68 kcal; Białko ogółem: 108.37 g; Tłuszcz: 67.62 g; Kw. tł. nasy.: 36.09 g; Węglowodany ogółem: 390.93 g; W tym cukry: 84.50 g; Błonnik pok.: 33.28 g; Sól: 9.30 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Latwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Latwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Latwostrawna płynna	KRK- RYD Sonda NIE PROWANTOWAĆ	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Latwostrawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Vegetariańska	KRK- RYD GLU/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Chleb Graham 70 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g ( <u>MLE,</u> ) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ,</u> )	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</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> ) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE,</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ,</u> )	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</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> ) Twarożek 100 g ( <u>MLE,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ,</u> ) Sok marchwiowy 200 ml	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Twarożek 100 g ( <u>MLE,</u> ) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ,</u> ) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ,</u> )	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u> ) Kawa zbożowa z makiem b/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> ) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g ( <u>MLE,</u> ) Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ,</u> ) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ,</u> ) Twarożek 100 g ( <u>MLE,</u> ) Sok marchwiowy 200 ml	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g ( <u>MLE,</u> ) Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ,</u> ) Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE,</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU 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> ) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ,</u> ) Sok marchwiowy 200 ml	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Ser topiony 50 g ( <u>MLE,</u> ) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ,</u> ) Sok marchwiowy 200 ml
II SN							Podpłomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )	Jabłko pieczone 150 g				Podpłomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> <u>GLU ZYT,</u> ) Risotto z mięsem wieprz i warzywami( ) 350 g ( <u>SEL,</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Surówka z selera i jabłka z olejem ( ) 200 g ( <u>SEL,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemiakczana ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Risotto z mięsem wieprz i warzywami( ) 350 g ( <u>SEL,</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Płynna odżywcza - ziemniakczana ( ) RYD 700 g ( <u>JAJ, SEL,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Sonda obiadowa RYD ( ) 700 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> <u>GLU ZYT,</u> ) Risotto z mięsem wieprz i warzywami( ) 350 g ( <u>SEL,</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemiakczana ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Risotto z mięsem wieprz i warzywami( ) 350 g ( <u>SEL,</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> <u>GLU ZYT,</u> ) Risotto z mięsem wieprz i warzywami( ) 350 g ( <u>SEL,</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemiakczana (bez glutenu) ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Risotto z mięsem wieprz i warzywami( ) 350 g ( <u>SEL,</u> ) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> <u>GLU ZYT,</u> ) Risotto z mięsem wieprz i warzywami( ) 350 g ( <u>SEL,</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD							Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,</u> ) Salatka jarzynowa z olejem ( ) 100 g ( <u>SEL,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzo na z wodą dodaną. 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzo na z wodą dodaną. 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,</u> ) Jarzynowa z makaronem dieta ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem ( ) RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD ( ) 700 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzo na z wodą dodaną. 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,</u> ) Salatka jarzynowa z olejem ( ) 100 g ( <u>SEL,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzo na z wodą dodaną. 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka soltyśa wieprzowa,wędzona,parzona 50 g Salatka jarzynowa z olejem ( ) 100 g ( <u>SEL,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzo na z wodą dodaną. 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzo na z wodą dodaną. 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		
PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE,</u> )											
							Kanapka z drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE,</u> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ZYT,</u> ) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE,</u> )	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE,</u> )		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ZYT,</u> ) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE,</u> )	
	Wartość energetyczna: 2698.45 kcal; Białko ogółem: 106.62 g; Tłuszcz: 86.45 g; Kw. tł. nasy.: 38.84 g; Węglowodany ogółem: 390.34 g; W tym cukry: 85.71 g; Błonnik pok.: 40.81 g; Sól: 7.28 g;	Wartość energetyczna: 2650.51 kcal; Białko ogółem: 103.68 g; Tłuszcz: 89.55 g; Kw. tł. nasy.: 38.17 g; Węglowodany ogółem: 367.74 g; W tym cukry: 80.99 g; Błonnik pok.: 27.51 g; Sól: 7.02 g;	Wartość energetyczna: 2678.11 kcal; Białko ogółem: 103.27 g; Tłuszcz: 89.22 g; Kw. tł. nasy.: 38.05 g; Węglowodany ogółem: 373.97 g; W tym cukry: 82.62 g; Błonnik pok.: 27.86 g; Sól: 7.08 g;	Wartość energetyczna: 2787.51 kcal; Białko ogółem: 110.21 g; Tłuszcz: 89.05 g; Kw. tł. nasy.: 37.64 g; Węglowodany ogółem: 395.91 g; W tym cukry: 92.62 g; Błonnik pok.: 29.08 g; Sól: 6.81 g;	Wartość energetyczna: 2505.34 kcal; Białko ogółem: 126.18 g; Tłuszcz: 117.30 g; Kw. tł. nasy.: 28.07 g; Węglowodany ogółem: 244.35 g; W tym cukry: 109.30 g; Błonnik pok.: 21.10 g; Sól: 4.19 g;	Wartość energetyczna: 2212.52 kcal; Białko ogółem: 135.82 g; Tłuszcz: 85.21 g; Kw. tł. nasy.: 38.98 g; Węglowodany ogółem: 229.84 g; W tym cukry: 88.00 g; Błonnik pok.: 11.35 g; Sól: 2.55 g;	Wartość energetyczna: 2259.69 kcal; Białko ogółem: 83.86 g; Tłuszcz: 78.08 g; Kw. tł. nasy.: 33.21 g; Węglowodany ogółem: 321.36 g; W tym cukry: 47.14 g; Błonnik pok.: 39.31 g; Sól: 7.36 g;	Wartość energetyczna: 2446.88 kcal; Białko ogółem: 89.38 g; Tłuszcz: 82.49 g; Kw. tł. nasy.: 34.99 g; Węglowodany ogółem: 347.00 g; W tym cukry: 68.30 g; Błonnik pok.: 32.21 g; Sól: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 2888.37 kcal; Białko ogółem: 92.45 g; Tłuszcz: 109.63 g; Kw. tł. nasy.: 38.64 g; Węglowodany ogółem: 395.13 g; W tym cukry: 86.86 g; Błonnik pok.: 39.17 g; Sól: 7.64 g;	Wartość energetyczna: 2187.17 kcal; Białko ogółem: 93.30 g; Tłuszcz: 84.97 g; Kw. tł. nasy.: 44.27 g; Węglowodany ogółem: 292.73 g; W tym cukry: 55.98 g; Błonnik pok.: 21.10 g; Sól: 3.31 g;	Wartość energetyczna: 2698.13 kcal; Białko ogółem: 93.30 g; Tłuszcz: 98.55 g; Kw. tł. nasy.: 44.27 g; Węglowodany ogółem: 367.87 g; W tym cukry: 86.00 g; Błonnik pok.: 28.36 g; Sól: 8.08 g;	Wartość energetyczna: 2789.90 kcal; Białko ogółem: 97.49 g; Tłuszcz: 99.87 g; Kw. tł. nasy.: 45.35 g; Węglowodany ogółem: 384.21 g; W tym cukry: 67.85 g; Błonnik pok.: 30.75 g; Sól: 9.33 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Latwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Latwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Latwostrawna płynna	KRK- RYD Sonda NIE PROWANTOWAĆ	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.latwo przys.węgl/Latwostrawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GLU/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE, PSZ.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Dżem brzoskwinowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Arbuz 150 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE, PSZ.) 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) Dżem brzoskwinowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE, PSZ.) 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) Dżem brzoskwinowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE, PSZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, MLE) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Dżem brzoskwinowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (GLU PSZ, MLE, PSZ.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser zółty 50 g (MLE) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Dżem brzoskwinowy 60 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Dżem brzoskwinowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) 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 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Dżem brzoskwinowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE, PSZ.) 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) Dżem brzoskwinowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser zółty 50 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g
Tłuszcze							Arbuz 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)				Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)
Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Salatka z kapusty czerwonej z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( RYB.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, 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.) Szpinak gotowany 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	Płynna odżywcza - ryżowa ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda obiadowa RYD ( ) 700 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( RYB.) Salatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( RYB.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Kotlety gryczane z cebulką i twarogiem 350 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Salatka z kapusty czerwonej z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem (bez glutenu) ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( RYB.) Szpinak gotowany z olejem. (bez glutenu)* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( RYB.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( RYB.) Szpinak gotowany 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 ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, MLE) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Ryżowa ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - ryżowa ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD ( ) 700 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Salata zielona 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
PN			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)				Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)
	Wartość energetyczna: 2666,85 kcal; Białko ogółem: 108,27 g; Tłuszcz: 89,34 g; Kw. tł. nasy.: 38,87 g; Węglowodany ogółem: 370,01 g; W tym cukry: 96,79 g; Błonnik pok.: 27,36 g; Sól: 6,24 g;	Wartość energetyczna: 2419,64 kcal; Białko ogółem: 104,70 g; Tłuszcz: 78,96 g; Kw. tł. nasy.: 38,02 g; Węglowodany ogółem: 333,13 g; W tym cukry: 75,73 g; Błonnik pok.: 23,18 g; Sól: 6,20 g;	Wartość energetyczna: 2421,61 kcal; Białko ogółem: 108,82 g; Tłuszcz: 75,67 g; Kw. tł. nasy.: 37,11 g; Węglowodany ogółem: 337,34 g; W tym cukry: 78,77 g; Błonnik pok.: 24,34 g; Sól: 8,56 g;	Wartość energetyczna: 2580,55 kcal; Białko ogółem: 110,25 g; Tłuszcz: 75,27 g; Kw. tł. nasy.: 32,73 g; Węglowodany ogółem: 249,78 g; W tym cukry: 108,95 g; Błonnik pok.: 25,28 g; Sól: 8,46 g;	Wartość energetyczna: 2602,65 kcal; Białko ogółem: 131,00 g; Tłuszcz: 124,44 g; Kw. tł. nasy.: 43,38 g; Węglowodany ogółem: 223,64 g; W tym cukry: 84,20 g; Błonnik pok.: 10,75 g; Sól: 2,75 g;	Wartość energetyczna: 2264,12 kcal; Białko ogółem: 141,62 g; Tłuszcz: 91,97 g; Kw. tł. nasy.: 43,38 g; Węglowodany ogółem: 291,08 g; W tym cukry: 73,78 g; Błonnik pok.: 28,79 g; Sól: 6,88 g;	Wartość energetyczna: 2357,77 kcal; Białko ogółem: 115,95 g; Tłuszcz: 76,39 g; Kw. tł. nasy.: 38,06 g; Węglowodany ogółem: 311,52 g; W tym cukry: 66,92 g; Błonnik pok.: 23,30 g; Sól: 9,43 g;	Wartość energetyczna: 2675,92 kcal; Białko ogółem: 94,52 g; Tłuszcz: 97,13 g; Kw. tł. nasy.: 40,77 g; Węglowodany ogółem: 368,09 g; W tym cukry: 92,26 g; Błonnik pok.: 29,13 g; Sól: 5,42 g;	Wartość energetyczna: 1973,68 kcal; Białko ogółem: 69,25 g; Tłuszcz: 72,90 g; Kw. tł. nasy.: 30,81 g; Węglowodany ogółem: 264,73 g; W tym cukry: 49,08 g; Błonnik pok.: 14,98 g; Sól: 2,41 g;	Wartość energetyczna: 2434,82 kcal; Białko ogółem: 105,15 g; Tłuszcz: 79,14 g; Kw. tł. nasy.: 38,07 g; Węglowodany ogółem: 336,38 g; W tym cukry: 78,23 g; Błonnik pok.: 23,96 g; Sól: 7,15 g;	Wartość energetyczna: 2790,06 kcal; Białko ogółem: 105,15 g; Tłuszcz: 102,09 g; Kw. tł. nasy.: 51,37 g; Węglowodany ogółem: 346,37 g; W tym cukry: 78,43 g; Błonnik pok.: 26,39 g; Sól: 9,69 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-07-07 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 Sonda NIE PROWANTOWAĆ	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl./Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Vegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c			
Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane, wędz.p arz w osłonie niejadalnej) 140 g (GLU PSZ) Musztarda 20 g (GOR) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonie 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 ŻYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonie niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, MLE) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonie niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonie niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonie niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Tofu 50 g (SOJ) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt		
II SN	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE)											Jabłko pieczone 150 g			
Obiad	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Zrazik wołowy mielony 200 g (GLU PSZ, JAJ) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, JAJ) Sałata z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Zrazik wołowy mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Sałata z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Zrazik wołowy mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - selerowa z ziemniakami () RYD 700 g (JAJ, SEL) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Zrazik wołowy mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Sałata z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Zrazik wołowy mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Sałata z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL) Kaszotto jęczmiennie z warzywami i soczewicą vegetariańskie () 350 g Sałata z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL) Ryż na sypko 200 g Gulasz wołowy (bez glutenu) 200 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Sałata z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Zrazik wołowy mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Sałata z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Zrazik wołowy mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Sałata z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Zrazik wołowy mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Sałata z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Zrazik wołowy mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Sałata z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml											Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml			
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynekowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Rzdokiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynekowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (SEL) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynekowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Grysikowa () 400 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (SEL)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, MLE) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynekowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Grysikowa () 400 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (SEL)	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynekowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Rzdokiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynekowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (SEL)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (SEL)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (SEL) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynekowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (SEL)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa 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 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (SEL) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		
PN	Przecier owocowo-warzynny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE)											Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE)	Przecier owocowo-warzynny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE)
	Wartość energetyczna: 2885,18 kcal; Białko ogółem: 116,12 g; Tłuszcz: 102,72 g; Kw. tł. nasy.: 42,30 g; Węglowodany ogółem: 387,59 g; W tym cukry: 81,03 g; Błonnik pok.: 35,46 g; Sól: 10,74 g;	Wartość energetyczna: 2536,10 kcal; Białko ogółem: 97,19 g; Tłuszcz: 82,02 g; Kw. tł. nasy.: 34,82 g; Węglowodany ogółem: 365,15 g; W tym cukry: 85,26 g; Błonnik pok.: 32,31 g; Sól: 8,32 g;	Wartość energetyczna: 2596,80 kcal; Białko ogółem: 96,19 g; Tłuszcz: 81,99 g; Kw. tł. nasy.: 34,78 g; Węglowodany ogółem: 380,71 g; W tym cukry: 100,92 g; Błonnik pok.: 30,85 g; Sól: 8,30 g;	Wartość energetyczna: 2629,64 kcal; Białko ogółem: 103,20 g; Tłuszcz: 70,43 g; Kw. tł. nasy.: 33,34 g; Węglowodany ogółem: 408,25 g; W tym cukry: 109,82 g; Błonnik pok.: 32,00 g; Sól: 8,05 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: 2212,52 kcal; Białko ogółem: 135,82 g; Tłuszcz: 85,21 g; Kw. tł. nasy.: 38,98 g; Węglowodany ogółem: 229,84 g; W tym cukry: 88,00 g; Błonnik pok.: 11,35 g; Sól: 2,55 g;	Wartość energetyczna: 2389,27 kcal; Białko ogółem: 110,44 g; Tłuszcz: 79,83 g; Kw. tł. nasy.: 35,86 g; Węglowodany ogółem: 324,38 g; W tym cukry: 61,76 g; Błonnik pok.: 37,41 g; Sól: 9,79 g;	Wartość energetyczna: 2494,27 kcal; Białko ogółem: 99,74 g; Tłuszcz: 83,03 g; Kw. tł. nasy.: 36,11 g; Węglowodany ogółem: 351,31 g; W tym cukry: 69,96 g; Błonnik pok.: 34,83 g; Sól: 9,63 g;	Wartość energetyczna: 2527,66 kcal; Białko ogółem: 85,86 g; Tłuszcz: 83,13 g; Kw. tł. nasy.: 33,09 g; Węglowodany ogółem: 374,40 g; W tym cukry: 84,63 g; Błonnik pok.: 37,92 g; Sól: 5,23 g;	Wartość energetyczna: 2193,24 kcal; Białko ogółem: 74,76 g; Tłuszcz: 80,09 g; Kw. tł. nasy.: 28,99 g; Węglowodany ogółem: 300,31 g; W tym cukry: 60,37 g; Błonnik pok.: 23,23 g; Sól: 4,19 g;	Wartość energetyczna: 2637,74 kcal; Białko ogółem: 103,50 g; Tłuszcz: 79,87 g; Kw. tł. nasy.: 36,00 g; Węglowodany ogółem: 388,17 g; W tym cukry: 106,44 g; Błonnik pok.: 31,47 g; Sól: 6,86 g;	Wartość energetyczna: 2807,21 kcal; Białko ogółem: 114,39 g; Tłuszcz: 83,41 g; Kw. tł. nasy.: 39,04 g; Węglowodany ogółem: 414,16 g; W tym cukry: 98,23 g; Błonnik pok.: 39,25 g; Sól: 8,38 g;	Wartość energetyczna: 2807,21 kcal; Białko ogółem: 114,39 g; Tłuszcz: 83,41 g; Kw. tł. nasy.: 39,04 g; Węglowodany ogółem: 414,16 g; W tym cukry: 98,23 g; Błonnik pok.: 39,25 g; Sól: 8,38 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Latwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Latwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Latwo strawna płynna	KRK- RYD Sonda NIE PROWANTOWAĆ	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.latwo przys.węgl/Latwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Vegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Chleb Graham 70 g (GLU PSZ, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE, ZYT.) Salami kiełbasa wieloporo-wolowa drobno rozdrobniona surowo wędzona,dojrzewająca, wędzona. 50 g (SOJ, SEL, GOR.) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE, ZYT.) Mielonki 80g Pomidor 80g Salata zielona 20g	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, ZYT.) Mielonki 80g Pomidor 80g Salata zielona 20g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE, ZYT.) Szynka rodzinna-wędzonka wędzona,parzona na wodę dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU OW.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE, ZYT.) Szynka rodzinna-wędzonka wędzona,parzona na wodę dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE, ZYT.) Szynka rodzinna-wędzonka wędzona,parzona na wodę dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Papryka świeża 80 g Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Szynka sołtysa wędzona,parzona na wodę dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE, ZYT.) Szynka sołtysa wędzona,parzona na wodę dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE, ZYT.) Mielonki 80g Pomidor 80g Salata zielona 20g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE, ZYT.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g
II SN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml											
Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczonego z/k z/s 130 g Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczonego z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () 700 g (GLUPSZ, JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczonego z/k z/s 130 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczonego 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 (SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlety sojowe 100 g (SOJ.) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczonego z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczonego z/k z/s 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)											
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE, ZYT.) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE, ZYT.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (MLE.) Salata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb 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, ZYT.) Twarożek 100 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE, ZYT.) Twarożek 100 g (MLE.) Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE, ZYT.) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE, ZYT.) Twarożek 100 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE, ZYT.) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE, ZYT.) Twarożek 100 g (MLE.) Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE, ZYT.) 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 ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE, ZYT.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g
PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( może zawierać: MLE.)						Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE.) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( może zawierać: MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( może zawierać: MLE.)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( może zawierać: MLE.)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( może zawierać: MLE.)	
	Wartość energetyczna: 2381.45 kcal; Białko ogółem: 106.99 g; Tłuszcz: 93.87 g; Kw. tł. nasy.: 42.07 g; Węglowodany ogółem: 287.43 g; W tym cukry: 65.97 g; Błonnik pok.: 25.69 g; Sól: 7.45 g;	Wartość energetyczna: 2128.18 kcal; Białko ogółem: 85.23 g; Tłuszcz: 74.03 g; Kw. tł. nasy.: 36.20 g; Węglowodany ogółem: 269.29 g; W tym cukry: 55.41 g; Błonnik pok.: 21.62 g; Sól: 7.09 g;	Wartość energetyczna: 2016.05 kcal; Białko ogółem: 85.23 g; Tłuszcz: 57.17 g; Kw. tł. nasy.: 31.46 g; Węglowodany ogółem: 300.32 g; W tym cukry: 59.91 g; Błonnik pok.: 27.04 g; Sól: 7.79 g;	Wartość energetyczna: 2464.14 kcal; Białko ogółem: 113.17 g; Tłuszcz: 68.50 g; Kw. tł. nasy.: 36.41 g; Węglowodany ogółem: 361.20 g; W tym cukry: 80.58 g; Błonnik pok.: 30.93 g; Sól: 7.94 g;	Wartość energetyczna: 2553.15 kcal; Białko ogółem: 126.73 g; Tłuszcz: 120.08 g; Kw. tł. nasy.: 38.98 g; Węglowodany ogółem: 250.12 g; W tym cukry: 109.32 g; Błonnik pok.: 22.44 g; Sól: 4.16 g;	Wartość energetyczna: 2212.52 kcal; Białko ogółem: 135.82 g; Tłuszcz: 81.24 g; Kw. tł. nasy.: 38.98 g; Węglowodany ogółem: 229.84 g; W tym cukry: 88.00 g; Błonnik pok.: 11.35 g; Sól: 2.55 g;	Wartość energetyczna: 2305.92 kcal; Białko ogółem: 119.71 g; Tłuszcz: 81.24 g; Kw. tł. nasy.: 39.32 g; Węglowodany ogółem: 286.71 g; W tym cukry: 65.24 g; Błonnik pok.: 30.66 g; Sól: 7.91 g;	Wartość energetyczna: 2203.52 kcal; Białko ogółem: 88.59 g; Tłuszcz: 60.55 g; Kw. tł. nasy.: 34.33 g; Węglowodany ogółem: 293.50 g; W tym cukry: 65.05 g; Błonnik pok.: 29.45 g; Sól: 9.34 g;	Wartość energetyczna: 2140.48 kcal; Białko ogółem: 88.59 g; Tłuszcz: 70.80 g; Kw. tł. nasy.: 39.24 g; Węglowodany ogółem: 293.50 g; W tym cukry: 65.05 g; Błonnik pok.: 30.15 g; Sól: 6.52 g;	Wartość energetyczna: 1994.77 kcal; Białko ogółem: 85.11 g; Tłuszcz: 76.34 g; Kw. tł. nasy.: 42.12 g; Węglowodany ogółem: 244.95 g; W tym cukry: 46.75 g; Błonnik pok.: 16.16 g; Sól: 3.59 g;	Wartość energetyczna: 2217.59 kcal; Białko ogółem: 94.85 g; Tłuszcz: 83.00 g; Kw. tł. nasy.: 42.12 g; Węglowodany ogółem: 281.22 g; W tym cukry: 52.30 g; Błonnik pok.: 23.24 g; Sól: 8.86 g;	Wartość energetyczna: 2439.56 kcal; Białko ogółem: 111.69 g; Tłuszcz: 88.63 g; Kw. tł. nasy.: 43.20 g; Węglowodany ogółem: 308.27 g; W tym cukry: 51.14 g; Błonnik pok.: 25.66 g; Sól: 10.21 g;



Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Latwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Latwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Latwostrawna płynna	KRK- RYD Sonda NIE PROWANTOWAĆ	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.latwo przys.węgl/Latwostrawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GLU/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c			
2024-07-01 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Salata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT, ZYT) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT, ZYT) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, MLE) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT, ZYT) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT, ZYT) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Cateringowa z/c 250 ml (JAJ, ZYT, GLU JECZ.) Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT, ZYT) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT, ZYT) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml		
		TI SN	Kisiel o smaku malinowym b/c 200 ml												
2024-07-01 poniedziałek	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml ( GLU PSZ, MLE, SEL, ) Ryż na sypko 200 g Mus z jablek ( ) z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Płynna odżywcza - barszcz czerwony z ziemniakami ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL, ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Sonda obiadowa RYD ( ) 700 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, ) Ryż na sypko 200 g Mus z jablek ( ) b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, ) Ryż na sypko 200 g Mus z jablek ( ) z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, ) Ryż na sypko 200 g Mus z jablek ( ) z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, ) Ryż na sypko 200 g Mus z jablek ( ) b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
		PD	Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE)												
2024-07-01 poniedziałek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT, ZYT) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT, ZYT) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Pomidor 90 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT, 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 Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, MLE) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Jarzynowa z makaronem dieťa ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem ( ) RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL, ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD ( ) 700 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT, ZYT) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT, ZYT) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Rukola 10 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT, ZYT) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT, ZYT) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek żółty 50 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml		
		PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)		Kanaпка z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)		Kanaпка 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)		Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)		Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)		Kanaпка z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)
		Wartość energetyczna: 2483.09 kcal; Białko ogółem: 87.52 g; Tłuszcz: 81.14 g; Kw. tł. nasy.: 47.06 g; Węglowodany ogółem: 359.22 g; W tym cukry: 74.38 g; Błonnik pok.: 25.93 g; Sól: 7.19 g;	Wartość energetyczna: 2354.42 kcal; Białko ogółem: 85.27 g; Tłuszcz: 67.20 g; Kw. tł. nasy.: 36.84 g; Węglowodany ogółem: 360.13 g; W tym cukry: 74.58 g; Błonnik pok.: 19.26 g; Sól: 6.12 g;	Wartość energetyczna: 2398.71 kcal; Białko ogółem: 85.86 g; Tłuszcz: 67.14 g; Kw. tł. nasy.: 36.82 g; Węglowodany ogółem: 369.19 g; W tym cukry: 84.07 g; Błonnik pok.: 20.29 g; Sól: 7.29 g;	Wartość energetyczna: 2443.85 kcal; Białko ogółem: 91.37 g; Tłuszcz: 66.74 g; Kw. tł. nasy.: 36.38 g; Węglowodany ogółem: 377.47 g; W tym cukry: 88.34 g; Błonnik pok.: 21.51 g; Sól: 6.96 g;	Wartość energetyczna: 2571.78 kcal; Białko ogółem: 131.17 g; Tłuszcz: 123.23 g; Kw. tł. nasy.: 32.27 g; Węglowodany ogółem: 244.35 g; W tym cukry: 110.22 g; Błonnik pok.: 21.98 g; Sól: 4.46 g;	Wartość energetyczna: 2264.12 kcal; Białko ogółem: 141.62 g; Tłuszcz: 91.97 g; Kw. tł. nasy.: 43.38 g; Węglowodany ogółem: 223.64 g; W tym cukry: 46.17 g; Błonnik pok.: 10.75 g; Sól: 2.75 g;	Wartość energetyczna: 2162.95 kcal; Białko ogółem: 84.10 g; Tłuszcz: 78.85 g; Kw. tł. nasy.: 46.40 g; Węglowodany ogółem: 291.34 g; W tym cukry: 48.34 g; Błonnik pok.: 30.73 g; Sól: 7.27 g;	Wartość energetyczna: 2175.31 kcal; Białko ogółem: 79.48 g; Tłuszcz: 64.64 g; Kw. tł. nasy.: 36.23 g; Węglowodany ogółem: 326.66 g; W tym cukry: 55.38 g; Błonnik pok.: 21.91 g; Sól: 8.34 g;	Wartość energetyczna: 2467.33 kcal; Białko ogółem: 81.14 g; Tłuszcz: 83.07 g; Kw. tł. nasy.: 47.86 g; Węglowodany ogółem: 357.61 g; W tym cukry: 73.27 g; Błonnik pok.: 18.55 g; Sól: 6.07 g;	Wartość energetyczna: 1929.22 kcal; Białko ogółem: 52.20 g; Tłuszcz: 62.09 g; Kw. tł. nasy.: 29.92 g; Węglowodany ogółem: 293.97 g; W tym cukry: 49.64 g; Błonnik pok.: 13.75 g; Sól: 2.38 g;	Wartość energetyczna: 2541.10 kcal; Białko ogółem: 82.17 g; Tłuszcz: 78.01 g; Kw. tł. nasy.: 49.35 g; Węglowodany ogółem: 386.05 g; W tym cukry: 83.32 g; Błonnik pok.: 22.25 g; Sól: 8.17 g;	Wartość energetyczna: 2538.84 kcal; Białko ogółem: 88.77 g; Tłuszcz: 82.33 g; Kw. tł. nasy.: 49.35 g; Węglowodany ogółem: 370.56 g; W tym cukry: 67.49 g; Błonnik pok.: 24.64 g; Sól: 9.56 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Latwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Latwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Latwo strawna płynna	KRK- RYD Sonda NIE PROWANTOWAĆ	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.latwo przys.węgl/Latwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Vegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
2024-07-02 wtorek	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ) Chleb Graham 70 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobiony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Rzodkiew biała 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> )	Platki jęczmienne na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobiony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> )	Platki jęczmienne na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobiony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Platki jęczmienne na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobiony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> )	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/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> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobiony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Rzodkiew biała 80 g Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobiony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Platki jęczmienne na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Tofu 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Rzodkiew biała 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> ) Sałata lodowa 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Piersz delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobiony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> ) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Platki jęczmienne na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobiony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		II SN	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )										
2024-07-02 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 (zmielony) 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos pietruszkowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony (zmielony) 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos pietruszkowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z zacierką () RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos pietruszkowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g ( <u>SEL.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki 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 (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 (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	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
		PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml										
2024-07-02 wtorek	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> ) 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 ZYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Serek naturalny Bieluch 100 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Ryżowa () 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Serek naturalny Bieluch 100 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g ( <u>JAJ, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) 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 ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Serek naturalny Bieluch 100 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb 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 ZYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</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 Jabłko pieczone 150 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> ) 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 Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</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 b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	
		PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Kanaпка z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2269.27 kcal; Białko ogółem: 104.44 g; Tłuszcz: 69.56 g; Kw. tł. nasy.: 33.28 g; Węglowodany ogółem: 319.80 g; W tym cukry: 60.86 g; Błonnik pok.: 31.38 g; Sól: 7.64 g;	Wartość energetyczna: 2236.66 kcal; Białko ogółem: 99.84 g; Tłuszcz: 67.61 g; Kw. tł. nasy.: 33.12 g; Węglowodany ogółem: 320.32 g; W tym cukry: 66.05 g; Błonnik pok.: 30.77 g; Sól: 7.26 g;	Wartość energetyczna: 2249.43 kcal; Białko ogółem: 107.37 g; Tłuszcz: 75.66 g; Kw. tł. nasy.: 37.07 g; Węglowodany ogółem: 346.28 g; W tym cukry: 75.16 g; Błonnik pok.: 33.86 g; Sól: 7.04 g;	Wartość energetyczna: 2580.78 kcal; Białko ogółem: 113.25 g; Tłuszcz: 75.29 g; Kw. tł. nasy.: 36.64 g; Węglowodany ogółem: 375.00 g; W tym cukry: 78.75 g; Błonnik pok.: 34.64 g; Sól: 6.76 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: 2197.52 kcal; Białko ogółem: 137.86 g; Tłuszcz: 84.97 g; Kw. tł. nasy.: 38.98 g; Węglowodany ogółem: 225.13 g; W tym cukry: 74.80 g; Błonnik pok.: 13.72 g; Sól: 2.55 g;	Wartość energetyczna: 2078.38 kcal; Białko ogółem: 100.81 g; Tłuszcz: 64.68 g; Kw. tł. nasy.: 31.82 g; Węglowodany ogółem: 289.46 g; W tym cukry: 52.47 g; Błonnik pok.: 35.97 g; Sól: 7.18 g;	Wartość energetyczna: 2352.52 kcal; Białko ogółem: 101.29 g; Tłuszcz: 71.27 g; Kw. tł. nasy.: 35.72 g; Węglowodany ogółem: 337.45 g; W tym cukry: 63.66 g; Błonnik pok.: 33.33 g; Sól: 7.72 g;	Wartość energetyczna: 2409.15 kcal; Białko ogółem: 78.69 g; Tłuszcz: 61.15 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.: 26.23 g; Węglowodany ogółem: 340.58 g; W tym cukry: 40.44 g; Błonnik pok.: 22.42 g; Sól: 3.64 g;	Wartość energetyczna: 2328.93 kcal; Białko ogółem: 100.72 g; Tłuszcz: 67.76 g; Kw. tł. nasy.: 33.07 g; Węglowodany ogółem: 340.58 g; W tym cukry: 75.16 g; Błonnik pok.: 33.86 g; Sól: 7.22 g;	Wartość energetyczna: 2550.91 kcal; Białko ogółem: 117.57 g; Tłuszcz: 73.39 g; Kw. tł. nasy.: 34.14 g; Węglowodany ogółem: 367.63 g; W tym cukry: 74.00 g; Błonnik pok.: 36.28 g; Sól: 6.57 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Latwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Latwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Latwo strawna płynna	KRK- RYD Sonda NIE PROWANTOWAĆ	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.latwo przys.węgl/Latwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Vegetariańska	KRK- RYD GLU/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	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 topiony 50 g ( <u>MLE</u> ) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	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> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	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> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> ) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	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> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Sok pomidorowy 200 ml
T/SN								Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml				
Obiad	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Pieczeń rzymska 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	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g ( <u>JAJ, SEL.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Curry warzywne z ciecierzycą () 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 100 g ( <u>JAJ.</u> ) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 100 ml ( <u>SEL.</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Pieczeń rzymska 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				
PD								Budyń o smaku waniliowym 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> ) Paprykarz szczyński 100 g ( <u>RYB, SOJ.</u> ) Salata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony, drobiowy, parzony, wędzony. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Salata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony, drobiowy, parzony, wędzony. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony, drobiowy, parzony, wędzony. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Paprykarz szczyński 100 g ( <u>RYB, SOJ.</u> ) Salata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ) Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Polegawica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Salata 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 ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony, drobiowy, parzony, wędzony. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g ( <u>SEL.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony, drobiowy, parzony, wędzony. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/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, GLU ŻYT.</u> ) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> )		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> )		
	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: 2538,77 kcal; Białko ogółem: 108,76 g; Tłuszcz: 85,47 g; Kw. tł. nasy.: 39,83 g; Węglowodany ogółem: 345,01 g; W tym cukry: 67,98 g; Błonnik pok.: 24,46 g; Sól: 6,79 g;	Wartość energetyczna: 2627,75 kcal; Białko ogółem: 110,06 g; Tłuszcz: 90,82 g; Kw. tł. nasy.: 40,20 g; Węglowodany ogółem: 356,23 g; W tym cukry: 74,19 g; Błonnik pok.: 29,38 g; Sól: 8,24 g;	Wartość energetyczna: 2737,15 kcal; Białko ogółem: 117,00 g; Tłuszcz: 126,66 g; Kw. tł. nasy.: 39,79 g; Węglowodany ogółem: 378,17 g; W tym cukry: 78,46 g; Błonnik pok.: 30,60 g; Sól: 7,97 g;	Wartość energetyczna: 2581,86 kcal; Białko ogółem: 132,29 g; Tłuszcz: 90,93 g; Kw. tł. nasy.: 32,86 g; Węglowodany ogółem: 239,09 g; W tym cukry: 105,92 g; Błonnik pok.: 23,35 g; Sól: 4,37 g;	Wartość energetyczna: 2264,12 kcal; Białko ogółem: 141,62 g; Tłuszcz: 91,97 g; Kw. tł. nasy.: 43,38 g; Węglowodany ogółem: 223,64 g; W tym cukry: 84,20 g; Błonnik pok.: 10,75 g; Sól: 2,75 g;	Wartość energetyczna: 2592,70 kcal; Białko ogółem: 108,58 g; Tłuszcz: 86,34 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: 2613,79 kcal; Białko ogółem: 103,65 g; Tłuszcz: 91,18 g; Kw. tł. nasy.: 39,30 g; Węglowodany ogółem: 369,09 g; W tym cukry: 74,77 g; Błonnik pok.: 29,72 g; Sól: 9,40 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: 346,20 g; W tym cukry: 42,44 g; Błonnik pok.: 13,33 g; Sól: 3,17 g;	Wartość energetyczna: 2733,80 kcal; Białko ogółem: 104,02 g; Tłuszcz: 110,02 g; Kw. tł. nasy.: 50,16 g; Węglowodany ogółem: 396,65 g; W tym cukry: 78,26 g; Błonnik pok.: 30,43 g; Sól: 9,62 g;	Wartość energetyczna: 3006,07 kcal; Białko ogółem: 112,53 g; Tłuszcz: 114,42 g; Kw. tł. nasy.: 53,62 g; Węglowodany ogółem: 396,65 g; W tym cukry: 95,45 g; Błonnik pok.: 32,89 g; Sól: 11,15 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Latwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Latwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Latwo strawna płynna	KRK- RYD Sonda NIE PROWANTOWAĆ	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.latwo przys.węgl/Latwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE, PSZ.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek śniadaniowy ze szczyptkiem 80g 1 szt (MLE) Pomidor 90 g Rozspanka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE, PSZ.) 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.) Twarożek 100 g (MLE) Rozspanka 10 g	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE, PSZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, MLE) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Twarożek 100 g (MLE) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (GLU PSZ, MLE, PSZ.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Twarożek 100 g (MLE) Pomidor 90 g Rozspanka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Twarożek 100 g (MLE) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE, PSZ.) 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.) Sok pomidorowy 200 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Rozspanka 10 g	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE, PSZ.) 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 śniadaniowy ze szczyptkiem 80g 1 szt (MLE) Pomidor 90 g Rozspanka 10 g	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml
II ŚN									Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		
Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Pieczeń wołowa (zmielona) 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - szpinakowa z ziemniakami () RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Surowka z rzepy białej i jabłka z olejem() 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Frittata z jakiem 350 g (JAJ, MLE, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (JAJ, MLE, SEL.) Makaron bezglutenowy 200 g Pieczeń wołowa 100 g Sos własny (z glutenu) 100 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Makaron 200 g (GLU PSZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD									Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE)		Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE)		
Kolacja	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) Szczypt z fasoli () 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, 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 ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/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, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, 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 ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 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.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	
PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( może zawierać: MLE.)												
							Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.) Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.) Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ.)	
	Wartość energetyczna: 2657,93 kcal; Białko ogółem: 107,68 g; Tłuszcz: 94,48 g; Kw. tł. nasy.: 46,26 g; Węglowodany ogółem: 346,35 g; W tym cukry: 68,25 g; Błonnik pok.: 27,95 g; Sól: 5,03 g;	Wartość energetyczna: 2423,68 kcal; Białko ogółem: 111,90 g; Tłuszcz: 75,07 g; Kw. tł. nasy.: 36,85 g; Węglowodany ogółem: 326,92 g; W tym cukry: 68,14 g; Błonnik pok.: 16,30 g; Sól: 6,31 g;	Wartość energetyczna: 2467,30 kcal; Białko ogółem: 111,67 g; Tłuszcz: 74,73 g; Kw. tł. nasy.: 37,09 g; Węglowodany ogółem: 344,95 g; W tym cukry: 72,29 g; Błonnik pok.: 23,49 g; Sól: 7,62 g;	Wartość energetyczna: 2696,08 kcal; Białko ogółem: 119,98 g; Tłuszcz: 74,42 g; Kw. tł. nasy.: 36,64 g; Węglowodany ogółem: 397,04 g; W tym cukry: 76,48 g; Błonnik pok.: 27,08 g; Sól: 7,38 g;	Wartość energetyczna: 2414,62 kcal; Białko ogółem: 120,99 g; Tłuszcz: 115,98 g; Kw. tł. nasy.: 27,72 g; Węglowodany ogółem: 230,60 g; W tym cukry: 109,64 g; Błonnik pok.: 22,61 g; Sól: 4,20 g;	Wartość energetyczna: 2212,52 kcal; Białko ogółem: 135,82 g; Tłuszcz: 85,21 g; Kw. tł. nasy.: 38,98 g; Węglowodany ogółem: 229,84 g; W tym cukry: 88,00 g; Błonnik pok.: 11,35 g; Sól: 2,55 g;	Wartość energetyczna: 2600,94 kcal; Białko ogółem: 118,27 g; Tłuszcz: 87,31 g; Kw. tł. nasy.: 37,15 g; Węglowodany ogółem: 344,54 g; W tym cukry: 63,98 g; Błonnik pok.: 32,60 g; Sól: 6,83 g;	Wartość energetyczna: 2461,62 kcal; Białko ogółem: 106,26 g; Tłuszcz: 72,07 g; Kw. tł. nasy.: 36,52 g; Węglowodany ogółem: 355,55 g; W tym cukry: 73,12 g; Błonnik pok.: 25,18 g; Sól: 8,78 g;	Wartość energetyczna: 2271,41 kcal; Białko ogółem: 76,29 g; Tłuszcz: 67,49 g; Kw. tł. nasy.: 46,63 g; Węglowodany ogółem: 298,37 g; W tym cukry: 68,82 g; Błonnik pok.: 20,23 g; Sól: 4,75 g;	Wartość energetyczna: 1956,33 kcal; Białko ogółem: 73,78 g; Tłuszcz: 69,41 g; Kw. tł. nasy.: 29,30 g; Węglowodany ogółem: 257,05 g; W tym cukry: 42,72 g; Błonnik pok.: 10,69 g; Sól: 2,78 g;	Wartość energetyczna: 2711,57 kcal; Białko ogółem: 107,46 g; Tłuszcz: 102,41 g; Kw. tł. nasy.: 43,82 g; Węglowodany ogółem: 342,96 g; W tym cukry: 64,38 g; Błonnik pok.: 18,57 g; Sól: 8,54 g;	Wartość energetyczna: 3120,04 kcal; Białko ogółem: 123,17 g; Tłuszcz: 106,57 g; Kw. tł. nasy.: 47,28 g; Węglowodany ogółem: 421,62 g; W tym cukry: 68,37 g; Błonnik pok.: 20,43 g; Sól: 10,07 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Latwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Latwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Latwostrawna płynna	KRK- RYD Sonda NIE PROWANTOWAĆ	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.latwo przys.węgl/Latwostrawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Vegetariańska	KRK- RYD GLU/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Powidła śliwkowe 60 g Jablko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Marmolada wieloowcowa 60 g (SOZ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jablko 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Marmolada wieloowcowa 60 g (SOZ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jablko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Marmolada wieloowcowa 60 g (SOZ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jablko 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.)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jablko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Powidła śliwkowe 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jablko 150 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Marmolada wieloowcowa 60 g (SOZ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jablko 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Marmolada wieloowcowa 60 g (SOZ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jablko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jablko pieczone 150 g
Tłuszcze							Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
Obiad	Krupnik jęczmienny ( ) 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Ziemiaki gotowane ( ) 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Surówka z kapusty młodej z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny ( ) 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Ziemiaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB,) Warzywa po grecku ( ) 200 g (GLU PSZ, SEL,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny ( ) 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Ziemiaki 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	Sonda obiadowa RYD ( ) 700 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny ( ) 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Ziemiaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB,) Surówka z kapusty młodej z olejem ( ) 100 g Warzywa po grecku ( ) 200 g (GLU PSZ, SEL,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny ( ) 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Ziemiaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB,) Warzywa po grecku ( ) 200 g (GLU PSZ, SEL,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny ( ) 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Ziemiaki gotowane ( ) 200 g Kotlet jaglany z serem top i Warzywa po grecku ( ) 200 g (GLU PSZ, SEL,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny ( ) 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Ziemiaki 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	Ryżowa ( ) 400 ml (MLE, SEL,) Ziemiaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB,) Warzywa po grecku ( ) 200 g (GLU PSZ, SEL,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny ( ) 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Ziemiaki 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	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
PD							Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)					Mleko UHT 200ml, 3,5% # 1 Por (MLE)
Kolejka	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Salata zielona 20 g 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,) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Jarzynowa z makaronem diela ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL,) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Jarzynowa z makaronem diela ( ) 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	Sonda kolacyjna RYD ( ) 700 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) 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) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Papryka świeża 80 g 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) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jablko pieczone 150 g
PN			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt				Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt				Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2648,40 kcal; Białko ogółem: 95,34 g; Tłuszcz: 89,08 g; Kw. tł. nasy.: 34,49 g; Węglowodany ogółem: 377,70 g; W tym cukry: 96,95 g; Błonnik pok.: 32,42 g; Sól: 5,25 g;	Wartość energetyczna: 2446,02 kcal; Białko ogółem: 92,63 g; Tłuszcz: 72,75 g; Kw. tł. nasy.: 33,87 g; Węglowodany ogółem: 363,86 g; W tym cukry: 76,02 g; Błonnik pok.: 29,35 g; Sól: 5,42 g;	Wartość energetyczna: 2457,57 kcal; Białko ogółem: 96,92 g; Tłuszcz: 68,44 g; Kw. tł. nasy.: 32,92 g; Węglowodany ogółem: 370,41 g; W tym cukry: 83,32 g; Błonnik pok.: 29,73 g; Sól: 6,60 g;	Wartość energetyczna: 2641,43 kcal; Białko ogółem: 101,05 g; Tłuszcz: 118,00 g; Kw. tł. nasy.: 32,94 g; Węglowodany ogółem: 412,19 g; W tym cukry: 88,18 g; Błonnik pok.: 31,72 g; Sól: 6,75 g;	Wartość energetyczna: 2533,67 kcal; Białko ogółem: 129,19 g; Tłuszcz: 118,00 g; Kw. tł. nasy.: 32,94 g; Węglowodany ogółem: 247,69 g; W tym cukry: 95,93 g; Błonnik pok.: 24,26 g; Sól: 4,16 g;	Wartość energetyczna: 2197,52 kcal; Białko ogółem: 137,86 g; Tłuszcz: 84,97 g; Kw. tł. nasy.: 38,98 g; Węglowodany ogółem: 225,13 g; W tym cukry: 74,80 g; Błonnik pok.: 13,72 g; Sól: 2,55 g;	Wartość energetyczna: 2166,51 kcal; Białko ogółem: 106,43 g; Tłuszcz: 72,13 g; Kw. tł. nasy.: 32,45 g; Węglowodany ogółem: 287,15 g; W tym cukry: 52,13 g; Błonnik pok.: 34,47 g; Sól: 5,92 g;	Wartość energetyczna: 2293,94 kcal; Białko ogółem: 104,38 g; Tłuszcz: 64,70 g; Kw. tł. nasy.: 31,35 g; Węglowodany ogółem: 333,50 g; W tym cukry: 72,61 g; Błonnik pok.: 32,05 g; Sól: 8,13 g;	Wartość energetyczna: 2605,11 kcal; Białko ogółem: 69,07 g; Tłuszcz: 90,47 g; Kw. tł. nasy.: 36,32 g; Węglowodany ogółem: 389,30 g; W tym cukry: 96,93 g; Błonnik pok.: 30,96 g; Sól: 5,13 g;	Wartość energetyczna: 1985,38 kcal; Białko ogółem: 58,54 g; Tłuszcz: 64,96 g; Kw. tł. nasy.: 27,07 g; Węglowodany ogółem: 295,60 g; W tym cukry: 51,53 g; Błonnik pok.: 22,77 g; Sól: 2,49 g;	Wartość energetyczna: 2477,19 kcal; Białko ogółem: 92,87 g; Tłuszcz: 72,53 g; Kw. tł. nasy.: 33,87 g; Węglowodany ogółem: 370,11 g; W tym cukry: 83,32 g; Błonnik pok.: 29,73 g; Sól: 5,64 g;	Wartość energetyczna: 2607,77 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 2024-06-24 do dnia 2024-07-07 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 Sonda NIE PROWANTOWAĆ	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Vegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, MLE) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU OW.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata lodowa 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml
II SN							Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko pieczone 150 g
Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryz na sypko (brązowy) 200 g Kociulek meksykański z kurczakiem i fasolą 350 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryz na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryz na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - koperkowa z ziemniakami () RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryz na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryz na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryz na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (JAJ, PSZ.) Surówka z selera i jabłka z olejem () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryz na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (JAJ, PSZ.) Surówka z selera i jabłka z olejem () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryz na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryz na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryz na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD							Budyni o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE)					Budyni 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) Pasztet Ciecchanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surówek wieprzowych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Piersz gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłone niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Piersz gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłone niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, MLE) Piersz gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłone niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Piersz gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłone niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Piersz gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłone niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) 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 (MLE) Połędwica premium-wędzina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasztet Ciecchanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surówek wieprzowych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasztet Ciecchanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surówek wieprzowych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE) Wafle ryżowe 20 g			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE) Wafle ryżowe 20 g			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)
	Wartość energetyczna: 2674.45 kcal; Białko ogółem: 104.28 g; Tłuszcz: 100.30 g; Kw. tł. nasy.: 50.00 g; Węglowodany ogółem: 347.33 g; W tym cukry: 67.16 g; Błonnik pok.: 29.88 g; Sól: 7.76 g;	Wartość energetyczna: 2542.62 kcal; Białko ogółem: 102.70 g; Tłuszcz: 77.42 g; Kw. tł. nasy.: 38.11 g; Węglowodany ogółem: 369.67 g; W tym cukry: 79.06 g; Błonnik pok.: 23.54 g; Sól: 7.93 g;	Wartość energetyczna: 2588.50 kcal; Białko ogółem: 103.35 g; Tłuszcz: 77.37 g; Kw. tł. nasy.: 38.10 g; Węglowodany ogółem: 379.08 g; W tym cukry: 88.82 g; Błonnik pok.: 24.66 g; Sól: 9.09 g;	Wartość energetyczna: 2741.68 kcal; Białko ogółem: 110.02 g; Tłuszcz: 76.60 g; Kw. tł. nasy.: 37.55 g; Węglowodany ogółem: 415.27 g; W tym cukry: 92.73 g; Błonnik pok.: 27.59 g; Sól: 8.84 g;	Wartość energetyczna: 2475.68 kcal; Białko ogółem: 127.87 g; Tłuszcz: 125.53 g; Kw. tł. nasy.: 32.65 g; Węglowodany ogółem: 220.42 g; W tym cukry: 106.01 g; Błonnik pok.: 23.81 g; Sól: 4.39 g;	Wartość energetyczna: 2264.12 kcal; Białko ogółem: 141.62 g; Tłuszcz: 91.97 g; Kw. tł. nasy.: 43.38 g; Węglowodany ogółem: 223.64 g; W tym cukry: 82.24 g; Błonnik pok.: 10.75 g; Sól: 2.75 g;	Wartość energetyczna: 2505.48 kcal; Białko ogółem: 104.47 g; Tłuszcz: 90.52 g; Kw. tł. nasy.: 46.81 g; Węglowodany ogółem: 337.53 g; W tym cukry: 71.19 g; Błonnik pok.: 35.36 g; Sól: 7.67 g;	Wartość energetyczna: 2467.03 kcal; Białko ogółem: 95.85 g; Tłuszcz: 73.04 g; Kw. tł. nasy.: 37.16 g; Węglowodany ogółem: 367.48 g; W tym cukry: 84.68 g; Błonnik pok.: 27.31 g; Sól: 10.20 g;	Wartość energetyczna: 2730.42 kcal; Białko ogółem: 96.83 g; Tłuszcz: 91.84 g; Kw. tł. nasy.: 46.59 g; Węglowodany ogółem: 395.74 g; W tym cukry: 74.29 g; Błonnik pok.: 40.65 g; Sól: 7.16 g;	Wartość energetyczna: 2195.05 kcal; Białko ogółem: 69.86 g; Tłuszcz: 84.45 g; Kw. tł. nasy.: 32.92 g; Węglowodany ogółem: 291.26 g; W tym cukry: 49.61 g; Błonnik pok.: 16.06 g; Sól: 4.28 g;	Wartość energetyczna: 2830.11 kcal; Białko ogółem: 109.37 g; Tłuszcz: 99.30 g; Kw. tł. nasy.: 50.06 g; Węglowodany ogółem: 384.32 g; W tym cukry: 88.83 g; Błonnik pok.: 24.94 g; Sól: 8.92 g;	Wartość energetyczna: 2994.87 kcal; Białko ogółem: 116.79 g; Tłuszcz: 103.85 g; Kw. tł. nasy.: 53.48 g; Węglowodany ogółem: 410.31 g; W tym cukry: 101.31 g; Błonnik pok.: 29.71 g; Sól: 10.41 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Latwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Latwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Latwo strawna płynna	KRK- RYD Sonda NIE PROWANTOWAĆ	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.latwo przys.węgl/Latwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Vegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
Śniadanie	Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza jęczmienna na mleku 400 ml (MLE, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, MLE) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU JECZ.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Hummus 100 g (SEZ.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) 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 (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Schab gotowany 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Mizera 200 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką ( ) 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Sos własny ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką ( ) 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Schab gotowany (zmielony) 100 g Sos własny ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - pomidorowa z zacierką ( ) RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD ( ) 700 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką ( ) 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Mizera 100 g (MLE) Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką ( ) 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką ( ) 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Zapienkanka z ziemników i warzyw z jajkiem ( ) 350 g (JAJ, MLE, SEL.) Hummus 200 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką ( ) 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką ( ) 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mleko UHT 200ml, 3,5% # 1 Por (MLE)	
PD							Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE)						
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, MLE) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE) Gryśkiewka ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - gryśkiewka ( ) RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD ( ) 700 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną naturalnym z ziołami 100 g (MLE) Jabłko pieczone 150 g	
PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt						Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2260,15 kcal; Białko ogółem: 86,17 g; Tłuszcz: 75,78 g; Kw. tł. nasy.: 35,52 g; Węglowodany ogółem: 318,26 g; W tym cukry: 69,20 g; Błonnik pok.: 27,55 g; Sól: 6,23 g;	Wartość energetyczna: 2195,31 kcal; Białko ogółem: 93,67 g; Tłuszcz: 69,10 g; Kw. tł. nasy.: 33,97 g; Węglowodany ogółem: 312,59 g; W tym cukry: 77,15 g; Błonnik pok.: 31,77 g; Sól: 6,89 g;	Wartość energetyczna: 2210,49 kcal; Białko ogółem: 94,11 g; Tłuszcz: 69,28 g; Kw. tł. nasy.: 34,02 g; Węglowodany ogółem: 315,84 g; W tym cukry: 79,65 g; Błonnik pok.: 32,55 g; Sól: 7,84 g;	Wartość energetyczna: 2607,09 kcal; Białko ogółem: 113,81 g; Tłuszcz: 117,88 g; Kw. tł. nasy.: 37,71 g; Węglowodany ogółem: 382,98 g; W tym cukry: 99,87 g; Błonnik pok.: 35,27 g; Sól: 7,94 g;	Wartość energetyczna: 2512,95 kcal; Białko ogółem: 127,77 g; Tłuszcz: 84,97 g; Kw. tł. nasy.: 28,18 g; Węglowodany ogółem: 225,13 g; W tym cukry: 97,63 g; Błonnik pok.: 24,53 g; Sól: 4,17 g;	Wartość energetyczna: 2197,52 kcal; Białko ogółem: 137,86 g; Tłuszcz: 84,97 g; Kw. tł. nasy.: 38,98 g; Węglowodany ogółem: 225,13 g; W tym cukry: 74,80 g; Błonnik pok.: 13,72 g; Sól: 2,55 g;	Wartość energetyczna: 2154,65 kcal; Białko ogółem: 114,55 g; Tłuszcz: 66,68 g; Kw. tł. nasy.: 34,04 g; Węglowodany ogółem: 288,52 g; W tym cukry: 54,92 g; Błonnik pok.: 35,34 g; Sól: 7,06 g;	Wartość energetyczna: 2340,96 kcal; Białko ogółem: 108,55 g; Tłuszcz: 70,16 g; Kw. tł. nasy.: 33,47 g; Węglowodany ogółem: 331,79 g; W tym cukry: 72,69 g; Błonnik pok.: 34,97 g; Sól: 9,28 g;	Wartość energetyczna: 2292,56 kcal; Białko ogółem: 66,18 g; Tłuszcz: 98,14 g; Kw. tł. nasy.: 42,28 g; Węglowodany ogółem: 292,56 g; W tym cukry: 74,63 g; Błonnik pok.: 25,22 g; Sól: 6,32 g;	Wartość energetyczna: 2031,45 kcal; Białko ogółem: 72,32 g; Tłuszcz: 70,38 g; Kw. tł. nasy.: 30,92 g; Węglowodany ogółem: 285,41 g; W tym cukry: 68,42 g; Błonnik pok.: 26,56 g; Sól: 3,95 g;	Wartość energetyczna: 2220,49 kcal; Białko ogółem: 94,11 g; Tłuszcz: 69,28 g; Kw. tł. nasy.: 34,02 g; Węglowodany ogółem: 315,84 g; W tym cukry: 79,65 g; Błonnik pok.: 32,55 g; Sól: 7,84 g;	Wartość energetyczna: 2378,96 kcal; Białko ogółem: 108,35 g; Tłuszcz: 73,16 g; Kw. tł. nasy.: 35,49 g; Węglowodany ogółem: 335,79 g; W tym cukry: 73,89 g; Błonnik pok.: 34,97 g; Sól: 9,29 g;	

### **Oznaczenia alergenów:**

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

### **Oznaczenia wskaźników odż.:**

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



Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 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/S z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GLU/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE, PSZ.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE, PSZ.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odtwycza - śniadanie RYD 700 g (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	
II SN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml											
Obiad	Fasolowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Naleśniki z serem 350 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mus z jabłek ( ) z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Mus z jabłek ( ) z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odtwycza - dyniowa z ziemniakami ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Mus z jabłek ( ) b/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Mus z jabłek ( ) b/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Mus z jabłek ( ) z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Mus z jabłek ( ) z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Makaron bezglutenowy 200 g (MLE.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Mus z jabłek ( ) z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Mus z jabłek ( ) z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Mus z jabłek ( ) b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Mus z jabłek ( ) b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD	Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE)											
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Bułka pszenno-żytnia 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płynna odtwycza - jarzynowa z ryżem ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( może zawierać: MLE.)			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE.) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( może zawierać: MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( może zawierać: MLE.)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( może zawierać: MLE.)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( może zawierać: MLE.)
	Wartość energetyczna: 2851.74 kcal; Białko ogółem: 109.21 g; Tłuszcz: 87.51 g; Kw. tł. nasy.: 38.91 g; Węglowodany ogółem: 417.35 g; W tym cukry: 105.68 g; Błonnik pok.: 29.15 g; Sól: 6.78 g;	Wartość energetyczna: 2270.17 kcal; Białko ogółem: 87.68 g; Tłuszcz: 67.92 g; Kw. tł. nasy.: 35.94 g; Węglowodany ogółem: 333.28 g; W tym cukry: 73.88 g; Błonnik pok.: 20.70 g; Sól: 6.69 g;	Wartość energetyczna: 2360.92 kcal; Białko ogółem: 97.15 g; Tłuszcz: 65.12 g; Kw. tł. nasy.: 34.32 g; Węglowodany ogółem: 348.78 g; W tym cukry: 78.47 g; Błonnik pok.: 22.63 g; Sól: 6.74 g;	Wartość energetyczna: 2472.62 kcal; Białko ogółem: 103.21 g; Tłuszcz: 64.78 g; Kw. tł. nasy.: 33.88 g; Węglowodany ogółem: 372.58 g; W tym cukry: 82.68 g; Błonnik pok.: 23.90 g; Sól: 6.47 g;	Wartość energetyczna: 2430.74 kcal; Białko ogółem: 122.69 g; Tłuszcz: 121.52 g; Kw. tł. nasy.: 31.94 g; Węglowodany ogółem: 220.31 g; W tym cukry: 104.44 g; Błonnik pok.: 19.77 g; Sól: 4.86 g;	Wartość energetyczna: 2253.50 kcal; Białko ogółem: 96.73 g; Tłuszcz: 70.46 g; Kw. tł. nasy.: 35.51 g; Węglowodany ogółem: 316.13 g; W tym cukry: 62.59 g; Błonnik pok.: 34.51 g; Sól: 6.56 g;	Wartość energetyczna: 2279.07 kcal; Białko ogółem: 92.24 g; Tłuszcz: 62.24 g; Kw. tł. nasy.: 33.56 g; Węglowodany ogółem: 338.98 g; W tym cukry: 65.04 g; Błonnik pok.: 21.96 g; Sól: 7.41 g;	Wartość energetyczna: 2673.46 kcal; Białko ogółem: 93.65 g; Tłuszcz: 96.51 g; Kw. tł. nasy.: 38.33 g; Węglowodany ogółem: 363.82 g; W tym cukry: 73.33 g; Błonnik pok.: 25.98 g; Sól: 6.39 g;	Wartość energetyczna: 1797.00 kcal; Białko ogółem: 48.09 g; Tłuszcz: 60.44 g; Kw. tł. nasy.: 28.78 g; Węglowodany ogółem: 266.24 g; W tym cukry: 46.52 g; Błonnik pok.: 12.96 g; Sól: 2.63 g;	Wartość energetyczna: 2272.89 kcal; Białko ogółem: 71.50 g; Tłuszcz: 63.37 g; Kw. tł. nasy.: 33.43 g; Węglowodany ogółem: 357.73 g; W tym cukry: 78.77 g; Błonnik pok.: 24.59 g; Sól: 6.85 g;	Wartość energetyczna: 2460.23 kcal; Białko ogółem: 80.53 g; Tłuszcz: 68.07 g; Kw. tł. nasy.: 36.89 g; Węglowodany ogółem: 385.62 g; W tym cukry: 79.92 g; Błonnik pok.: 27.01 g; Sól: 8.39 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 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 ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ) Chleb Graham 70 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Papryka świeża 80 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Zacierka na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE</b> ) Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Zacierka na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE</b> ) Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <b>MLE</b> ) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE</b> ) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Mus z jabłek () b/c 100 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt ( <b>MLE</b> ) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Mus z jabłek () b/c 100 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt ( <b>MLE</b> ) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Mus z jabłek () b/c 100 g
Tł.SN						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
Obiad	Szczawiowa z ryżem () 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos męskański 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaki młode gotowane () 200 g Brokułowa z ryżem () 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Bitka z szynki wieprzowej 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - brokułowa z ryżem () RYD 700 g ( <b>JAJ, SEL</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szczawiowa z ryżem () 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szczawiowa z ryżem () 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Gulasz sojowy z warzywami () 200 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL</b> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej (bez glutenu) 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD					Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )						Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )
Kolacja	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Ziemniaczana () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Ziemniaczana () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g ( <b>JAJ, SEL</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szyknowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	
PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <b>MLE</b> ) Rogal maślany 50g. 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> )				Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <b>MLE</b> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <b>MLE</b> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <b>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT</b> ) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <b>MLE</b> )	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <b>MLE</b> ) Rogal maślany 50g. 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <b>MLE</b> )	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <b>MLE</b> ) Rogal maślany 50g. 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <b>MLE</b> )	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <b>MLE</b> ) Rogal maślany 50g. 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <b>MLE</b> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <b>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT</b> ) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <b>MLE</b> )
	Wartość energetyczna: 2758.67 kcal; Białko ogółem: 117.03 g; Tłuszcz: 102.24 g; Kw. tł. nasy.: 50.78 g; Węglowodany ogółem: 352.68 g; W tym cukry: 79.14 g; Błonnik pok.: 24.95 g; Sól: 7.69 g;	Wartość energetyczna: 2652.74 kcal; Białko ogółem: 120.71 g; Tłuszcz: 93.25 g; Kw. tł. nasy.: 42.10 g; Węglowodany ogółem: 341.95 g; W tym cukry: 79.45 g; Błonnik pok.: 21.33 g; Sól: 6.88 g;	Wartość energetyczna: 2713.52 kcal; Białko ogółem: 119.90 g; Tłuszcz: 93.65 g; Kw. tł. nasy.: 42.59 g; Węglowodany ogółem: 357.78 g; W tym cukry: 79.30 g; Błonnik pok.: 23.46 g; Sól: 7.65 g;	Wartość energetyczna: 2901.61 kcal; Białko ogółem: 131.85 g; Tłuszcz: 86.94 g; Kw. tł. nasy.: 43.47 g; Węglowodany ogółem: 410.60 g; W tym cukry: 89.59 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 7.21 g;	Wartość energetyczna: 2471.18 kcal; Białko ogółem: 127.47 g; Tłuszcz: 122.64 g; Kw. tł. nasy.: 32.12 g; Węglowodany ogółem: 223.27 g; W tym cukry: 103.51 g; Błonnik pok.: 18.45 g; Sól: 4.23 g;	Wartość energetyczna: 2273.22 kcal; Białko ogółem: 114.33 g; Tłuszcz: 85.28 g; Kw. tł. nasy.: 40.56 g; Węglowodany ogółem: 275.67 g; W tym cukry: 68.48 g; Błonnik pok.: 28.79 g; Sól: 7.85 g;	Wartość energetyczna: 2418.79 kcal; Białko ogółem: 107.46 g; Tłuszcz: 88.92 g; Kw. tł. nasy.: 41.25 g; Węglowodany ogółem: 313.42 g; W tym cukry: 67.99 g; Błonnik pok.: 24.84 g; Sól: 8.81 g;	Wartość energetyczna: 2622.62 kcal; Białko ogółem: 106.23 g; Tłuszcz: 88.92 g; Kw. tł. nasy.: 47.44 g; Węglowodany ogółem: 353.13 g; W tym cukry: 78.48 g; Błonnik pok.: 32.27 g; Sól: 6.20 g;	Wartość energetyczna: 2022.60 kcal; Białko ogółem: 118.97 g; Tłuszcz: 85.05 g; Kw. tł. nasy.: 35.22 g; Węglowodany ogółem: 239.70 g; W tym cukry: 54.08 g; Błonnik pok.: 14.76 g; Sól: 4.26 g;	Wartość energetyczna: 2883.70 kcal; Białko ogółem: 118.97 g; Tłuszcz: 113.01 g; Kw. tł. nasy.: 50.04 g; Węglowodany ogółem: 358.21 g; W tym cukry: 81.99 g; Błonnik pok.: 23.77 g; Sól: 8.65 g;	Wartość energetyczna: 2956.68 kcal; Białko ogółem: 131.66 g; Tłuszcz: 116.84 g; Kw. tł. nasy.: 51.41 g; Węglowodany ogółem: 356.56 g; W tym cukry: 80.83 g; Błonnik pok.: 26.23 g; Sól: 10.10 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 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 GLU/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
2024-07-10 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb Graham 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska piastowska-wędzonka wiewprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, JAJ, MLE, SEL, GOR.), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT, GLU ZYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT, GLU ZYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska piastowska-wędzonka wiewprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, JAJ, MLE, SEL, GOR.), Pomidor 80 g, Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT, GLU ZYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT, GLU ZYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska piastowska-wędzonka wiewprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, JAJ, MLE, SEL, GOR.), Sok jabłkowy 100% 0,2l 1 szt, Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska piastowska-wędzonka wiewprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, JAJ, MLE, SEL, GOR.), Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.), Sok jabłkowy 100% 0,2l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE), Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska piastowska-wędzonka wiewprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, JAJ, MLE, SEL, GOR.), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT, GLU ZYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska piastowska-wędzonka wiewprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, JAJ, MLE, SEL, GOR.), Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt, Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT, GLU ZYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT, GLU ZYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml (MLE), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g, Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml (MLE), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT, GLU ZYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT, GLU ZYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska piastowska-wędzonka wiewprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, JAJ, MLE, SEL, GOR.), Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.), Sok jabłkowy 100% 0,2l 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT, GLU ZYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska piastowska-wędzonka wiewprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, JAJ, MLE, SEL, GOR.), Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.), Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		TSN					Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko pieczone 150 g
2024-07-10 środa	Obiad	Pieczarkowa z makaronem (I) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SEL), Ziemniaki młode gotowane (I) 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, JAJ), Sos pietruszkowy (I) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SEL), Surówka z marchwi i chrzanu (I) 200 g (MLE, SOJ), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem diety (I) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SEL), Ziemniaki młode gotowane (I) 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, JAJ), Sos pietruszkowy (I) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SEL), Fasolka szparagowa z wody* 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem diety (I) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SEL), Ziemniaki młode gotowane (I) 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, JAJ), Sos pietruszkowy (I) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SEL), Marchew gotowana z olejem (I) 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem (I) RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL, SEL), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem (I) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SEL), Ziemniaki młode gotowane (I) 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, JAJ), Sos pietruszkowy (I) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SEL), Fasolka szparagowa z wody* 100 g, Surówka z marchwi i chrzanu (I) 100 g (MLE, SOJ), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Pieczarkowa z makaronem (I) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SEL), Ziemniaki młode gotowane (I) 200 g, Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ, JAJ), Sos pietruszkowy (I) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SEL), Surówka z marchwi i chrzanu (I) 200 g (MLE, SOJ), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) (I) 400 ml (MLE, SEL, SEL), Ziemniaki młode gotowane (I) 200 g, Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (JAJ, JAJ), Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (MLE, MLE), Fasolka szparagowa z wody* 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem diety (I) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SEL), Ziemniaki młode gotowane (I) 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, JAJ), Sos pietruszkowy (I) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SEL), Fasolka szparagowa z wody* 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
		PD					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE)
2024-07-10 środa	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT, GLU ZYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT, GLU ZYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Paprykarz szczebiński 100 g (RYB, SOJ, SOJ), Ogórek świeży 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT, GLU ZYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT, GLU ZYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ, JAJ), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT, GLU ZYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT, GLU ZYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Grysiowka (I) 400 ml (GLU PSZ, SEL, SEL), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Sok marchwiowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Grysiowka (I) 400 ml (GLU PSZ, SEL, SEL), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - grysiowka (I) RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL, SEL), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Paprykarz szczebiński 100 g (RYB, SOJ, SOJ), Ogórek świeży 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT, GLU ZYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Sok marchwiowy 200 ml, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g, Masło 83% tł. 20 g (MLE), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ, JAJ), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT, GLU ZYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT, GLU ZYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Ser żółty 50 g (MLE), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT, GLU ZYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Ser żółty 50 g (MLE), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml, Sok marchwiowy 200 ml	
		PN	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (MLE, GLU OW, OW)		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, MLE), Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (MLE, GLU OW, OW)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT, ZYT), Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (MLE, GLU OW, OW)	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (MLE, GLU OW, OW)	Mus - przeciw owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (MLE, GLU OW, OW)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT, ZYT), Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (MLE, GLU OW, OW)
		Wartość energetyczna: 2376.75 kcal; Białko ogółem: 96.36 g; Tłuszcz: 81.74 g; Kw. tł. nasy.: 36.55 g; Węglowodany ogółem: 325.07 g; W tym cukry: 77.63 g; Błonnik pok.: 26.15 g; Sól: 8.51 g;	Wartość energetyczna: 2164.88 kcal; Białko ogółem: 89.79 g; Tłuszcz: 71.63 g; Kw. tł. nasy.: 35.95 g; Węglowodany ogółem: 298.22 g; W tym cukry: 67.03 g; Błonnik pok.: 20.56 g; Sól: 7.30 g;	Wartość energetyczna: 2298.52 kcal; Białko ogółem: 90.12 g; Tłuszcz: 72.51 g; Kw. tł. nasy.: 35.01 g; Węglowodany ogółem: 329.69 g; W tym cukry: 99.89 g; Błonnik pok.: 24.41 g; Sól: 8.86 g;	Wartość energetyczna: 2374.97 kcal; Białko ogółem: 96.61 g; Tłuszcz: 70.12 g; Kw. tł. nasy.: 33.16 g; Węglowodany ogółem: 349.94 g; W tym cukry: 93.26 g; Błonnik pok.: 25.22 g; Sól: 10.66 g;	Wartość energetyczna: 2454.48 kcal; Białko ogółem: 123.91 g; Tłuszcz: 116.04 g; Kw. tł. nasy.: 27.64 g; Węglowodany ogółem: 296.66 g; W tym cukry: 90.42 g; Błonnik pok.: 14.81 g; Sól: 5.95 g;	Wartość energetyczna: 2215.66 kcal; Białko ogółem: 95.32 g; Tłuszcz: 78.75 g; Kw. tł. nasy.: 35.40 g; Węglowodany ogółem: 324.82 g; W tym cukry: 79.88 g; Błonnik pok.: 32.71 g; Sól: 8.54 g;	Wartość energetyczna: 2246.31 kcal; Białko ogółem: 87.70 g; Tłuszcz: 70.35 g; Kw. tł. nasy.: 34.49 g; Węglowodany ogółem: 324.82 g; W tym cukry: 79.88 g; Błonnik pok.: 32.04 g; Sól: 9.96 g;	Wartość energetyczna: 2354.73 kcal; Białko ogółem: 97.40 g; Tłuszcz: 86.14 g; Kw. tł. nasy.: 48.75 g; Węglowodany ogółem: 224.95 g; W tym cukry: 79.70 g; Błonnik pok.: 22.82 g; Sól: 6.33 g;	Wartość energetyczna: 1708.71 kcal; Białko ogółem: 59.37 g; Tłuszcz: 66.29 g; Kw. tł. nasy.: 27.46 g; Węglowodany ogółem: 224.95 g; W tym cukry: 48.09 g; Błonnik pok.: 14.38 g; Sól: 3.75 g;	Wartość energetyczna: 2375.34 kcal; Białko ogółem: 96.03 g; Tłuszcz: 81.38 g; Kw. tł. nasy.: 47.76 g; Węglowodany ogółem: 321.48 g; W tym cukry: 90.02 g; Błonnik pok.: 19.52 g; Sól: 8.37 g;	Wartość energetyczna: 2601.08 kcal; Białko ogółem: 107.53 g; Tłuszcz: 86.19 g; Kw. tł. nasy.: 47.76 g; Węglowodany ogółem: 356.25 g; W tym cukry: 86.37 g; Błonnik pok.: 27.92 g; Sól: 9.85 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c		
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odtżywca - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU OW.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	
Tł.SN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml										Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (SEL) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU JECZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU JECZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odtżywca - ziemniaczana () RYD 700 g (JAJ, SEL) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odtżywca - ziemniaczana () RYD 700 g (JAJ, SEL) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (SEL) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (SEL) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (SEL) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL) Kaszotto jaglane z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL) Kaszotto jaglane z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (SEL) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (SEL) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE)										Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)		
Kolejacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odtżywca - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (JAJ, SEL) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odtżywca - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (JAJ, SEL) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek topiony 50 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)		
	Wartość energetyczna: 2620.92 kcal; Białko ogółem: 101.75 g; Tłuszcz: 99.20 g; Kw. tł. nasy.: 48.69 g; Węglowodany ogółem: 347.07 g; W tym cukry: 83.70 g; Błonnik pok.: 35.51 g; Sol: 8.33 g;	Wartość energetyczna: 2517.16 kcal; Białko ogółem: 105.09 g; Tłuszcz: 91.10 g; Kw. tł. nasy.: 39.93 g; Węglowodany ogółem: 332.44 g; W tym cukry: 73.90 g; Błonnik pok.: 28.33 g; Sol: 6.72 g;	Wartość energetyczna: 2597.52 kcal; Białko ogółem: 104.73 g; Tłuszcz: 91.21 g; Kw. tł. nasy.: 40.38 g; Węglowodany ogółem: 351.29 g; W tym cukry: 78.49 g; Błonnik pok.: 30.09 g; Sol: 6.93 g;	Wartość energetyczna: 2709.22 kcal; Białko ogółem: 110.79 g; Tłuszcz: 90.87 g; Kw. tł. nasy.: 39.94 g; Węglowodany ogółem: 375.09 g; W tym cukry: 82.70 g; Błonnik pok.: 31.36 g; Sol: 6.66 g;	Wartość energetyczna: 2450.41 kcal; Białko ogółem: 124.60 g; Tłuszcz: 124.04 g; Kw. tł. nasy.: 32.19 g; Węglowodany ogółem: 217.50 g; W tym cukry: 100.38 g; Błonnik pok.: 17.75 g; Sol: 4.09 g;	Wartość energetyczna: 2345.49 kcal; Białko ogółem: 104.85 g; Tłuszcz: 85.45 g; Kw. tł. nasy.: 39.68 g; Węglowodany ogółem: 305.74 g; W tym cukry: 68.87 g; Błonnik pok.: 36.39 g; Sol: 7.19 g;	Wartość energetyczna: 2496.76 kcal; Białko ogółem: 98.26 g; Tłuszcz: 86.71 g; Kw. tł. nasy.: 39.48 g; Węglowodany ogółem: 341.65 g; W tym cukry: 68.92 g; Błonnik pok.: 30.39 g; Sol: 8.05 g;	Wartość energetyczna: 2580.48 kcal; Białko ogółem: 91.27 g; Tłuszcz: 101.61 g; Kw. tł. nasy.: 45.28 g; Węglowodany ogółem: 329.54 g; W tym cukry: 73.66 g; Błonnik pok.: 33.74 g; Sol: 6.53 g;	Wartość energetyczna: 2077.96 kcal; Białko ogółem: 73.12 g; Tłuszcz: 102.23 g; Kw. tł. nasy.: 32.76 g; Węglowodany ogółem: 263.17 g; W tym cukry: 48.44 g; Błonnik pok.: 18.74 g; Sol: 3.42 g;	Wartość energetyczna: 2646.67 kcal; Białko ogółem: 97.19 g; Tłuszcz: 102.23 g; Kw. tł. nasy.: 49.19 g; Węglowodany ogółem: 346.04 g; W tym cukry: 79.55 g; Błonnik pok.: 30.59 g; Sol: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 2868.64 kcal; Białko ogółem: 114.04 g; Tłuszcz: 107.86 g; Kw. tł. nasy.: 50.27 g; Węglowodany ogółem: 373.08 g; W tym cukry: 78.39 g; Błonnik pok.: 33.01 g; Sol: 9.29 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb Graham 70 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Dżem wiśniowy 60 g Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> )	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> )	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> )	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek 100 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Jabłko pieczone 150 g	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Dżem wiśniowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> )	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> )	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Dżem wiśniowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Jabłko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> )	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Jabłko pieczone 150 g	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Jabłko pieczone 150 g
Tł.SN						Arbuz 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )				Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )
Obiad	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Salatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g ( <u>SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g ( <u>SEL</u> ) Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g ( <u>SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - szpinakowa z zacierką () RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g ( <u>SEL</u> ) Salatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g ( <u>SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Kotlety gryczane z cebulką i twarogiem 350 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Sos pieczarkowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Salatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g ( <u>SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g ( <u>SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g ( <u>SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g ( <u>SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml ( <u>MLE</u> )					Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml ( <u>MLE</u> )
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) 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 z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Selerowa z makaronem () 400 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Selerowa z makaronem () 400 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - selerowa z makaronem () RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</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 Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) 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 Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	
PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Mus owocowy 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 owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT</u> ) Mus owocowy 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 owocowy 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 owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
	Wartość energetyczna: 2605.90 kcal; Białko ogółem: 103.08 g; Tłuszcz: 82.78 g; Kw. tł. nasy.: 35.61 g; Węglowodany ogółem: 371.65 g; W tym cukry: 125.75 g; Błonnik pok.: 26.12 g; Sól: 6.59 g;	Wartość energetyczna: 2445.79 kcal; Białko ogółem: 98.77 g; Tłuszcz: 78.44 g; Kw. tł. nasy.: 35.15 g; Węglowodany ogółem: 347.79 g; W tym cukry: 116.27 g; Błonnik pok.: 29.82 g; Sól: 6.32 g;	Wartość energetyczna: 2435.49 kcal; Białko ogółem: 102.50 g; Tłuszcz: 74.46 g; Kw. tł. nasy.: 33.90 g; Węglowodany ogółem: 350.75 g; W tym cukry: 119.04 g; Błonnik pok.: 30.60 g; Sól: 8.04 g;	Wartość energetyczna: 2601.28 kcal; Białko ogółem: 106.28 g; Tłuszcz: 74.11 g; Kw. tł. nasy.: 33.63 g; Węglowodany ogółem: 392.21 g; W tym cukry: 125.00 g; Błonnik pok.: 35.41 g; Sól: 8.11 g;	Wartość energetyczna: 2484.93 kcal; Białko ogółem: 125.55 g; Tłuszcz: 115.62 g; Kw. tł. nasy.: 27.56 g; Węglowodany ogółem: 242.57 g; W tym cukry: 91.51 g; Błonnik pok.: 18.78 g; Sól: 3.96 g;	Wartość energetyczna: 2209.85 kcal; Białko ogółem: 107.29 g; Tłuszcz: 86.17 g; Kw. tł. nasy.: 42.97 g; Węglowodany ogółem: 267.11 g; W tym cukry: 62.13 g; Błonnik pok.: 33.47 g; Sól: 7.11 g;	Wartość energetyczna: 2271.15 kcal; Białko ogółem: 111.83 g; Tłuszcz: 77.07 g; Kw. tł. nasy.: 36.40 g; Węglowodany ogółem: 294.43 g; W tym cukry: 64.48 g; Błonnik pok.: 31.92 g; Sól: 9.41 g;	Wartość energetyczna: 2812.77 kcal; Białko ogółem: 94.12 g; Tłuszcz: 96.55 g; Kw. tł. nasy.: 37.84 g; Węglowodany ogółem: 401.88 g; W tym cukry: 128.91 g; Błonnik pok.: 28.23 g; Sól: 4.89 g;	Wartość energetyczna: 1999.85 kcal; Białko ogółem: 64.07 g; Tłuszcz: 72.71 g; Kw. tł. nasy.: 28.09 g; Węglowodany ogółem: 279.03 g; W tym cukry: 91.28 g; Błonnik pok.: 23.84 g; Sól: 3.01 g;	Wartość energetyczna: 2446.41 kcal; Białko ogółem: 127.94 g; Tłuszcz: 77.78 g; Kw. tł. nasy.: 33.90 g; Węglowodany ogółem: 350.62 g; W tym cukry: 117.06 g; Błonnik pok.: 30.60 g; Sól: 7.26 g;	Wartość energetyczna: 2677.05 kcal; Białko ogółem: 127.94 g; Tłuszcz: 101.21 g; Kw. tł. nasy.: 47.24 g; Węglowodany ogółem: 327.59 g; W tym cukry: 70.86 g; Błonnik pok.: 32.69 g; Sól: 9.81 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Latwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Latwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Latwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.latwo przys.wegl/Latwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Vegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb Graham 70 g (GLU, PSZ, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU, JECZ.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt
Tł.SN							Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml				Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
Obiad	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane-drobno tarte ( ) 200 g (GLU, PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Mięso wołowe mielone w sosie w/ 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c ( ) 100 g Buraczki podprawiane -drobno tarte ( ) 200 g (GLU, PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - koperkowa z ryżem ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) ( ) 200 g (GLU, PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) ( ) 200 g (GLU, PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Gulasz warzynny z tofu dieta* 200 g (GLU, PSZ, SOJ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa (bez glutenu) 100 g Sos jarzynowy (bez glutenu) 100 ml (SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte ( ) 200 g (GLU, PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) ( ) 200 g (GLU, PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) ( ) 200 g (GLU, PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD							Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE)				Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE)
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasztet z soczewicy ( ) 70 g (GLU, PSZ, JAJ.) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Płynna odżywcza - ziemniaczana ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasztet z soczewicy ( ) 70 g (GLU, PSZ, JAJ.) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek topiony 50 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt
PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU, ZYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU, ZYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE) Wafle ryżowe 20 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g
	Wartość energetyczna: 2630,62 kcal; Białko ogółem: 109,62 g; Tłuszcz: 92,37 g; Kw. tł. nasy.: 40,04 g; Węglowodany ogółem: 355,22 g; W tym cukry: 79,19 g; Błonnik pok.: 32,76 g; Sól: 8,09 g;	Wartość energetyczna: 2418,64 kcal; Białko ogółem: 111,82 g; Tłuszcz: 77,64 g; Kw. tł. nasy.: 38,27 g; Węglowodany ogółem: 328,25 g; W tym cukry: 80,66 g; Błonnik pok.: 23,09 g; Sól: 7,75 g;	Wartość energetyczna: 2506,39 kcal; Białko ogółem: 112,71 g; Tłuszcz: 77,76 g; Kw. tł. nasy.: 38,72 g; Węglowodany ogółem: 347,39 g; W tym cukry: 75,25 g; Błonnik pok.: 26,02 g; Sól: 7,71 g;	Wartość energetyczna: 2670,69 kcal; Białko ogółem: 119,10 g; Tłuszcz: 77,13 g; Kw. tł. nasy.: 38,18 g; Węglowodany ogółem: 386,46 g; W tym cukry: 79,45 g; Błonnik pok.: 29,62 g; Sól: 7,20 g;	Wartość energetyczna: 2447,98 kcal; Białko ogółem: 123,40 g; Tłuszcz: 122,04 g; Kw. tł. nasy.: 31,94 g; Węglowodany ogółem: 223,32 g; W tym cukry: 100,45 g; Błonnik pok.: 19,36 g; Sól: 4,99 g;	Wartość energetyczna: 2445,39 kcal; Białko ogółem: 106,89 g; Tłuszcz: 86,89 g; Kw. tł. nasy.: 39,00 g; Węglowodany ogółem: 325,24 g; W tym cukry: 78,67 g; Błonnik pok.: 33,84 g; Sól: 7,70 g;	Wartość energetyczna: 2422,44 kcal; Białko ogółem: 105,56 g; Tłuszcz: 74,16 g; Kw. tł. nasy.: 37,94 g; Węglowodany ogółem: 341,51 g; W tym cukry: 73,80 g; Błonnik pok.: 25,53 g; Sól: 8,33 g;	Wartość energetyczna: 2611,02 kcal; Białko ogółem: 82,98 g; Tłuszcz: 99,68 g; Kw. tł. nasy.: 45,60 g; Węglowodany ogółem: 360,23 g; W tym cukry: 84,08 g; Błonnik pok.: 33,51 g; Sól: 7,95 g;	Wartość energetyczna: 1972,54 kcal; Białko ogółem: 74,70 g; Tłuszcz: 75,88 g; Kw. tł. nasy.: 31,56 g; Węglowodany ogółem: 253,75 g; W tym cukry: 52,65 g; Błonnik pok.: 18,60 g; Sól: 3,95 g;	Wartość energetyczna: 2565,89 kcal; Białko ogółem: 105,31 g; Tłuszcz: 88,76 g; Kw. tł. nasy.: 46,79 g; Węglowodany ogółem: 344,99 g; W tym cukry: 75,75 g; Błonnik pok.: 26,02 g; Sól: 8,72 g;	Wartość energetyczna: 2765,93 kcal; Białko ogółem: 112,39 g; Tłuszcz: 92,94 g; Kw. tł. nasy.: 50,23 g; Węglowodany ogółem: 379,79 g; W tym cukry: 90,94 g; Błonnik pok.: 28,47 g; Sól: 10,20 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwostrawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 70 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE</b> ) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE</b> ) Pastaz z twarogu z dżemem brzoskwinowym 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Pastaz z twarogu z dżemem brzoskwinowym 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko pieczone 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <b>MLE</b> ) Bulka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Pastaz z twarogu z dżemem brzoskwinowym 100 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <b>MLE</b> ) Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE</b> ) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Pastaz z twarogu z dżemem brzoskwinowym 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Pastaz z twarogu z dżemem brzoskwinowym 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE</b> ) Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE</b> ) Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Jabłko pieczone 150 g
Tł.SN	Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml										Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
Obiad	Rosół z makaronem ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinał gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Gryskowa ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinał gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Budyń z udzka kurczaka 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos koperkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Szpinał gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - rosół z makaronem ( ) RYD 700 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinał gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Gryskowa ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinał gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Gryskowa ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Kotlet z jaj 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem (bez glutenu) ( ) 400 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinał gotowany z olejem (bez glutenu)* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinał gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinał gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD	Kefir 2 % tł 200g 1 szt ( <b>MLE</b> )										Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )
Kolejka	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Jarzynowa z ryżem dieta ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem ( ) RYD 700 g ( <b>JAJ, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Hummus 100 g ( <b>SEZ.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w osl.niejad 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <b>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</b> ) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <b>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</b> ) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <b>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</b> ) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <b>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</b> ) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )
	Wartość energetyczna: 2449.74 kcal; Białko ogółem: 122.81 g; Tłuszcz: 107.55 g; Kw. tł. nasy.: 47.76 g; Węglowodany ogółem: 256.76 g; W tym cukry: 55.29 g; Błonnik pok.: 23.45 g; Sól: 8.15 g;	Wartość energetyczna: 2359.70 kcal; Białko ogółem: 117.29 g; Tłuszcz: 90.25 g; Kw. tł. nasy.: 38.95 g; Węglowodany ogółem: 275.12 g; W tym cukry: 64.29 g; Błonnik pok.: 19.67 g; Sól: 7.14 g;	Wartość energetyczna: 2309.80 kcal; Białko ogółem: 110.89 g; Tłuszcz: 86.62 g; Kw. tł. nasy.: 37.84 g; Węglowodany ogółem: 277.30 g; W tym cukry: 66.42 g; Błonnik pok.: 19.98 g; Sól: 8.02 g;	Wartość energetyczna: 2506.75 kcal; Białko ogółem: 105.96 g; Tłuszcz: 72.02 g; Kw. tł. nasy.: 35.15 g; Węglowodany ogółem: 366.00 g; W tym cukry: 87.96 g; Błonnik pok.: 23.38 g; Sól: 8.38 g;	Wartość energetyczna: 2471.94 kcal; Białko ogółem: 123.45 g; Tłuszcz: 114.29 g; Kw. tł. nasy.: 27.33 g; Węglowodany ogółem: 241.63 g; W tym cukry: 88.93 g; Błonnik pok.: 16.77 g; Sól: 3.81 g;	Wartość energetyczna: 2426.71 kcal; Białko ogółem: 125.84 g; Tłuszcz: 108.24 g; Kw. tł. nasy.: 50.82 g; Węglowodany ogółem: 238.74 g; W tym cukry: 44.27 g; Błonnik pok.: 27.94 g; Sól: 8.64 g;	Wartość energetyczna: 2412.06 kcal; Białko ogółem: 125.84 g; Tłuszcz: 92.44 g; Kw. tł. nasy.: 42.25 g; Węglowodany ogółem: 274.48 g; W tym cukry: 57.47 g; Błonnik pok.: 22.37 g; Sól: 9.49 g;	Wartość energetyczna: 2429.72 kcal; Białko ogółem: 71.18 g; Tłuszcz: 101.76 g; Kw. tł. nasy.: 34.99 g; Węglowodany ogółem: 310.46 g; W tym cukry: 67.53 g; Błonnik pok.: 23.20 g; Sól: 6.76 g;	Wartość energetyczna: 2191.47 kcal; Białko ogółem: 93.62 g; Tłuszcz: 90.41 g; Kw. tł. nasy.: 36.01 g; Węglowodany ogółem: 252.31 g; W tym cukry: 55.27 g; Błonnik pok.: 14.51 g; Sól: 3.94 g;	Wartość energetyczna: 2442.14 kcal; Białko ogółem: 121.07 g; Tłuszcz: 102.53 g; Kw. tł. nasy.: 47.26 g; Węglowodany ogółem: 266.02 g; W tym cukry: 64.37 g; Błonnik pok.: 20.45 g; Sól: 9.09 g;	Wartość energetyczna: 2581.61 kcal; Białko ogółem: 137.86 g; Tłuszcz: 108.16 g; Kw. tł. nasy.: 48.34 g; Węglowodany ogółem: 272.45 g; W tym cukry: 46.23 g; Błonnik pok.: 22.84 g; Sól: 10.39 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Vegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW, JAJ, MLE, GOR.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW, JAJ, MLE, GOR.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW, JAJ, MLE, GOR.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW, JAJ, MLE, GOR.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odtwycza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU OW, JAJ, MLE, GOR.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW, JAJ, MLE, GOR.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW, JAJ, MLE, GOR.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW, JAJ, MLE, GOR.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	
II SN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml										Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	
Obiad	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Ryż na sytko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzynna z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, JAJ, MLE, GOR.) Ryż na sytko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odtwycza - solferino () RYD 700 g (JAJ, SEL, MLE, GOR.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Ryż na sytko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzynna z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, JAJ, MLE, GOR.) Ryż na sytko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Wielowarzynna z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, JAJ, MLE, GOR.) Ryż na sytko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Jogurt naturalny 100g 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Ryż na sytko 200 g Mus z jabłek () z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Ryż na sytko 200 g Mus z jabłek () b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE)										Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE)	
Kolacja	Mix салат 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z twarogu i rzodkiewki 100 g (MLE) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Mix салат 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Grycikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL, JAJ, MLE, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odtwycza - grysikowa () RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL, MLE, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Mix салат 20 g Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z twarogu i rzodkiewki 100 g (MLE) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mix салат 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Mix салат 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w oslonce niejadalnej. 50 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w oslonce niejadalnej. 50 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	
PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE) Wafle ryżowe 20 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)
	Wartość energetyczna: 2441.99 kcal; Białko ogółem: 90.30 g; Tłuszcz: 80.00 g; Kw. tł. nasy.: 41.74 g; Węglowodany ogółem: 348.64 g; W tym cukry: 75.36 g; Błonnik pok.: 28.07 g; Sól: 6.74 g;	Wartość energetyczna: 2337.87 kcal; Białko ogółem: 88.08 g; Tłuszcz: 70.92 g; Kw. tł. nasy.: 39.97 g; Węglowodany ogółem: 344.86 g; W tym cukry: 72.35 g; Błonnik pok.: 19.24 g; Sól: 6.31 g;	Wartość energetyczna: 2370.65 kcal; Białko ogółem: 84.79 g; Tłuszcz: 68.69 g; Kw. tł. nasy.: 37.22 g; Węglowodany ogółem: 358.11 g; W tym cukry: 73.67 g; Błonnik pok.: 20.07 g; Sól: 6.33 g;	Wartość energetyczna: 2422.84 kcal; Białko ogółem: 89.35 g; Tłuszcz: 67.07 g; Kw. tł. nasy.: 36.64 g; Węglowodany ogółem: 371.60 g; W tym cukry: 76.74 g; Błonnik pok.: 20.88 g; Sól: 5.97 g;	Wartość energetyczna: 2463.35 kcal; Białko ogółem: 126.38 g; Tłuszcz: 124.49 g; Kw. tł. nasy.: 32.23 g; Węglowodany ogółem: 332.94 g; W tym cukry: 101.67 g; Błonnik pok.: 18.09 g; Sól: 4.09 g;	Wartość energetyczna: 2352.30 kcal; Białko ogółem: 90.96 g; Tłuszcz: 78.27 g; Kw. tł. nasy.: 42.37 g; Węglowodany ogółem: 370.41 g; W tym cukry: 70.26 g; Błonnik pok.: 33.30 g; Sól: 8.25 g;	Wartość energetyczna: 2386.85 kcal; Białko ogółem: 81.84 g; Tłuszcz: 66.66 g; Kw. tł. nasy.: 37.92 g; Węglowodany ogółem: 343.87 g; W tym cukry: 68.78 g; Błonnik pok.: 21.40 g; Sól: 8.25 g;	Wartość energetyczna: 2402.70 kcal; Białko ogółem: 82.08 g; Tłuszcz: 81.23 g; Kw. tł. nasy.: 44.85 g; Węglowodany ogółem: 343.87 g; W tym cukry: 68.78 g; Błonnik pok.: 18.74 g; Sól: 5.60 g;	Wartość energetyczna: 1910.23 kcal; Białko ogółem: 52.18 g; Tłuszcz: 65.05 g; Kw. tł. nasy.: 32.71 g; Węglowodany ogółem: 281.42 g; W tym cukry: 47.41 g; Błonnik pok.: 12.49 g; Sól: 2.95 g;	Wartość energetyczna: 2511.10 kcal; Białko ogółem: 75.22 g; Tłuszcz: 85.59 g; Kw. tł. nasy.: 46.04 g; Węglowodany ogółem: 367.07 g; W tym cukry: 76.78 g; Błonnik pok.: 23.28 g; Sól: 6.91 g;	Wartość energetyczna: 2799.57 kcal; Białko ogółem: 87.19 g; Tłuszcz: 92.45 g; Kw. tł. nasy.: 51.11 g; Węglowodany ogółem: 413.46 g; W tym cukry: 86.50 g; Błonnik pok.: 26.73 g; Sól: 9.21 g;	



Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwostrawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Vegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE, PSZ.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE, PSZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, MLE) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odtwycza - śniadanie RYD 700 g (GLU PSZ, MLE, PSZ.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Roszponka 10 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml
Tłuszcze							Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml				Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
Obiad	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL, PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL, PSZ, SEL.) Surówka z kalarepy i jabłka () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, PSZ, GLU ŻYT.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL, PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, PSZ, GLU ŻYT.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Mięso wołowe mielone w sosie wł 50 g (GLU PSZ, PSZ, SEL.) Sos ziołowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL, PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odtwycza - wielowarzywna z ziemniakami () RYD 700 g (JAJ, SEL, PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, PSZ, GLU ŻYT.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL, PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Surówka z kalarepy i jabłka () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, PSZ, GLU ŻYT.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL, PSZ, SEL.) Surówka z kalarepy i jabłka () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, PSZ, GLU ŻYT.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy (bez glutenu) () 100 ml (SEL, PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino (bez glutenu) () 200 ml (MLE, SEL, PSZ, SEL.) Kasza jaglana na sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy (bez glutenu) () 100 ml (SEL, PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL, PSZ, GLU ŻYT.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL, PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
PD							Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)				Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)
Kolejnia	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szpriet w sosie pomidorowym 50 g (RYB, SEL, MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odtwycza - ziemniaczana () RYD 700 g (JAJ, SEL, PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Salata zielona 20 g Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szpriet w sosie pomidorowym 50 g (RYB, SEL, MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Salata zielona 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
PN			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt				Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2745.31 kcal; Białko ogółem: 119.91 g; Tłuszcz: 99.52 g; Kw. tł. nasy.: 38.85 g; Węglowodany ogółem: 356.98 g; W tym cukry: 62.19 g; Błonnik pok.: 35.42 g; Sól: 6.34 g;	Wartość energetyczna: 2374.94 kcal; Białko ogółem: 101.75 g; Tłuszcz: 74.16 g; Kw. tł. nasy.: 34.65 g; Węglowodany ogółem: 338.15 g; W tym cukry: 69.52 g; Błonnik pok.: 32.14 g; Sól: 8.41 g;	Wartość energetyczna: 2439.95 kcal; Białko ogółem: 101.74 g; Tłuszcz: 74.69 g; Kw. tł. nasy.: 35.20 g; Węglowodany ogółem: 354.05 g; W tym cukry: 69.17 g; Błonnik pok.: 34.41 g; Sól: 9.34 g;	Wartość energetyczna: 2581.68 kcal; Białko ogółem: 97.76 g; Tłuszcz: 68.88 g; Kw. tł. nasy.: 33.49 g; Węglowodany ogółem: 409.10 g; W tym cukry: 73.37 g; Błonnik pok.: 38.09 g; Sól: 8.96 g;	Wartość energetyczna: 2313.35 kcal; Białko ogółem: 120.17 g; Tłuszcz: 113.84 g; Kw. tł. nasy.: 27.23 g; Węglowodany ogółem: 208.70 g; W tym cukry: 91.86 g; Błonnik pok.: 19.70 g; Sól: 3.88 g;	Wartość energetyczna: 2493.63 kcal; Białko ogółem: 113.19 g; Tłuszcz: 86.83 g; Kw. tł. nasy.: 35.62 g; Węglowodany ogółem: 369.28 g; W tym cukry: 66.30 g; Błonnik pok.: 38.82 g; Sól: 7.49 g;	Wartość energetyczna: 2479.06 kcal; Białko ogółem: 85.93 g; Tłuszcz: 92.05 g; Kw. tł. nasy.: 34.95 g; Węglowodany ogółem: 370.63 g; W tym cukry: 67.73 g; Błonnik pok.: 34.94 g; Sól: 5.15 g;	Wartość energetyczna: 2599.20 kcal; Białko ogółem: 85.93 g; Tłuszcz: 92.05 g; Kw. tł. nasy.: 34.95 g; Węglowodany ogółem: 370.63 g; W tym cukry: 67.73 g; Błonnik pok.: 34.94 g; Sól: 5.15 g;	Wartość energetyczna: 1828.32 kcal; Białko ogółem: 67.34 g; Tłuszcz: 67.28 g; Kw. tł. nasy.: 27.06 g; Węglowodany ogółem: 244.81 g; W tym cukry: 41.16 g; Błonnik pok.: 21.40 g; Sól: 4.18 g;	Wartość energetyczna: 2572.54 kcal; Białko ogółem: 105.66 g; Tłuszcz: 82.23 g; Kw. tł. nasy.: 36.40 g; Węglowodany ogółem: 368.98 g; W tym cukry: 66.18 g; Błonnik pok.: 39.68 g; Sól: 7.93 g;	Wartość energetyczna: 2938.82 kcal; Białko ogółem: 127.39 g; Tłuszcz: 90.54 g; Kw. tł. nasy.: 39.11 g; Węglowodany ogółem: 421.59 g; W tym cukry: 73.52 g; Błonnik pok.: 43.09 g; Sól: 10.09 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwostrawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE.) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE.) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE.) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE.) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE.) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (MLE.) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek fromage z warzywami 1 szt (MLE.) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g
Tł.SN							Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml				Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
Obiad	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Salatka szwedzka () 200 g (GOR.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Klopsik drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos bazyliowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Dyńna duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Salatka szwedzka () 100 g (GOR.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Klopsik drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos bazyliowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Dyńna duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Klopsik drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos bazyliowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Dyńna duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Curry dyniowo-ziemniaczane z ciecierzycą 350 g Salatka szwedzka () 200 g (GOR.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ryżem () 400 g (MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy (bez glutenu) () 100 ml (SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD							Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE.)				Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE.)
Kolejka	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok 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, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	
PN		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)				Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)
	Wartość energetyczna: 2465.39 kcal; Białko ogółem: 109.09 g; Tłuszcz: 85.34 g; Kw. tł. nasy.: 44.98 g; Węglowodany ogółem: 325.82 g; W tym cukry: 96.10 g; Błonnik pok.: 23.45 g; Sól: 9.42 g;	Wartość energetyczna: 2446.10 kcal; Białko ogółem: 108.94 g; Tłuszcz: 85.60 g; Kw. tł. nasy.: 45.19 g; Węglowodany ogółem: 314.35 g; W tym cukry: 87.29 g; Błonnik pok.: 16.95 g; Sól: 6.77 g;	Wartość energetyczna: 2475.28 kcal; Białko ogółem: 95.39 g; Tłuszcz: 82.20 g; Kw. tł. nasy.: 41.88 g; Węglowodany ogółem: 344.78 g; W tym cukry: 99.03 g; Błonnik pok.: 23.26 g; Sól: 7.62 g;	Wartość energetyczna: 2584.68 kcal; Białko ogółem: 102.33 g; Tłuszcz: 82.03 g; Kw. tł. nasy.: 41.47 g; Węglowodany ogółem: 366.72 g; W tym cukry: 103.30 g; Błonnik pok.: 24.48 g; Sól: 7.35 g;	Wartość energetyczna: 2522.56 kcal; Białko ogółem: 126.51 g; Tłuszcz: 121.37 g; Kw. tł. nasy.: 31.73 g; Węglowodany ogółem: 237.97 g; W tym cukry: 99.87 g; Błonnik pok.: 14.76 g; Sól: 4.07 g;	Wartość energetyczna: 2361.06 kcal; Białko ogółem: 121.03 g; Tłuszcz: 82.45 g; Kw. tł. nasy.: 42.12 g; Węglowodany ogółem: 295.08 g; W tym cukry: 68.29 g; Błonnik pok.: 26.76 g; Sól: 8.95 g;	Wartość energetyczna: 2517.94 kcal; Białko ogółem: 101.46 g; Tłuszcz: 78.88 g; Kw. tł. nasy.: 38.95 g; Węglowodany ogółem: 357.68 g; W tym cukry: 85.83 g; Błonnik pok.: 25.91 g; Sól: 9.55 g;	Wartość energetyczna: 2341.98 kcal; Białko ogółem: 82.21 g; Tłuszcz: 80.92 g; Kw. tł. nasy.: 48.65 g; Węglowodany ogółem: 326.94 g; W tym cukry: 103.82 g; Błonnik pok.: 29.12 g; Sól: 8.70 g;	Wartość energetyczna: 2020.28 kcal; Białko ogółem: 76.74 g; Tłuszcz: 81.52 g; Kw. tł. nasy.: 38.33 g; Węglowodany ogółem: 246.04 g; W tym cukry: 64.72 g; Błonnik pok.: 14.31 g; Sól: 3.26 g;	Wartość energetyczna: 2658.28 kcal; Białko ogółem: 113.39 g; Tłuszcz: 110.78 g; Kw. tł. nasy.: 50.24 g; Węglowodany ogółem: 306.60 g; W tym cukry: 75.79 g; Błonnik pok.: 17.73 g; Sól: 8.99 g;	Wartość energetyczna: 3040.93 kcal; Białko ogółem: 126.79 g; Tłuszcz: 117.86 g; Kw. tł. nasy.: 55.33 g; Węglowodany ogółem: 374.14 g; W tym cukry: 92.99 g; Błonnik pok.: 21.18 g; Sól: 11.34 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Latwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Latwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Latwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.latwo przys.wegl/Latwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb Graham 70 g (GLU PSZ), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska rodzinna-wędkonka wiewprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.), Sałata lodowa 20 g, Kawa zbożowa z 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.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska rodzinna-wędkonka wiewprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.), Sałata lodowa 20 g, Kawa zbożowa z 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.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska rodzinna-wędkonka wiewprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.), Sałata lodowa 20 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska rodzinna-wędkonka wiewprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.), Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE), Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ),	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska rodzinna-wędkonka wiewprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.), Sałata lodowa 20 g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska rodzinna-wędkonka wiewprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.), Sałata lodowa 20 g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska rodzinna-wędkonka wiewprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.), Sałata lodowa 20 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g, Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska softysa wiewprzowa,wędzona,parzona 50 g, Sałata lodowa 20 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska rodzinna-wędkonka wiewprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.), Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska rodzinna-wędkonka wiewprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.), Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Sok marchwiowy 200 ml
II SN	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE)										Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatkami 350 g (GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.), Brokuł gotowany* 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Makaron 200 g (GLU PSZ), Sos mięsno warzywny ( ) (z mięsa wiewprzowego) 150g (GLU PSZ, SEL.), Brokuł gotowany* 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - barszcz czerwony z ziemni ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ), Sos mięsno warzywny ( ) (z mięsa wiewprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.), Brokuł gotowany* 100 g, Surówka wielowarzywna z olejem b/c ( ) 100 g (SEL.), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Makaron 200 g (GLU PSZ), Sos mięsno warzywny ( ) (z mięsa wiewprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.), Brokuł gotowany* 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Makaron ze szpinakiem i twarogiem* 350 g (GLU PSZ, MLE), Surówka wielowarzywna z olejem ( ) 200 g (SEL.), Brokuł gotowany* 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Makaron bezglutenowy 200 g, Sos mięsno warzywny ( ) (z mięsa wiewprzowego) (bez glutenu) 150 g (SEL.), Brokuł gotowany* 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Makaron 200 g (GLU PSZ), Sos mięsno warzywny ( ) (z mięsa wiewprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.), Brokuł gotowany* 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Makaron 200 g (GLU PSZ), Sos mięsno warzywny ( ) (z mięsa wiewprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.), Brokuł gotowany* 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Makaron 200 g (GLU PSZ), Sos mięsno warzywny ( ) (z mięsa wiewprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.), Brokuł gotowany* 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Makaron 200 g (GLU PSZ), Sos mięsno warzywny ( ) (z mięsa wiewprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.), Brokuł gotowany* 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD	Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE)										Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE)
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Pasztet z ciecierzycy ( ) 70 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.), Pomidor 80 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Twarożek 100 g (MLE), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Twarożek 100 g (MLE), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Twarożek 100 g (MLE), Ryżowa ( ) 400 ml (MLE, SEL.), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Płynna odżywcza - ryżowa ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Pasztet z ciecierzycy ( ) 70 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.), Pomidor 80 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Twarożek 100 g (MLE), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml, Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Pasztet z ciecierzycy ( ) 70 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.), Pomidor 80 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g, Masło 83% tł. 20 g (MLE), Twarożek 100 g (MLE), Pomidor 80 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Ser żółty 50 g (MLE), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Ser żółty 50 g (MLE), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml, Mus z jabłek ( ) b/c 100 g
PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( może zawierać: MLE.)				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.), Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.), Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( może zawierać: MLE.)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.), Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2645.91 kcal; Białko ogółem: 96.20 g; Tłuszcz: 92.94 g; Kw. tł. nasy.: 39.54 g; Węglowodany ogółem: 364.96 g; W tym cukry: 81.78 g; Błonnik pok.: 34.72 g; Sól: 8.15 g;	Wartość energetyczna: 2456.54 kcal; Białko ogółem: 101.61 g; Tłuszcz: 77.32 g; Kw. tł. nasy.: 36.81 g; Węglowodany ogółem: 347.15 g; W tym cukry: 80.44 g; Błonnik pok.: 24.96 g; Sól: 6.98 g;	Wartość energetyczna: 2536.41 kcal; Białko ogółem: 101.22 g; Tłuszcz: 77.43 g; Kw. tł. nasy.: 37.25 g; Węglowodany ogółem: 365.91 g; W tym cukry: 85.00 g; Błonnik pok.: 26.68 g; Sól: 7.18 g;	Wartość energetyczna: 2667.76 kcal; Białko ogółem: 107.10 g; Tłuszcz: 113.60 g; Kw. tł. nasy.: 36.82 g; Węglowodany ogółem: 394.63 g; W tym cukry: 88.59 g; Błonnik pok.: 27.46 g; Sól: 6.90 g;	Wartość energetyczna: 2381.92 kcal; Białko ogółem: 109.80 g; Tłuszcz: 92.57 g; Kw. tł. nasy.: 27.19 g; Węglowodany ogółem: 225.74 g; W tym cukry: 92.70 g; Błonnik pok.: 18.96 g; Sól: 3.92 g;	Wartość energetyczna: 2547.92 kcal; Białko ogółem: 109.41 g; Tłuszcz: 92.57 g; Kw. tł. nasy.: 39.75 g; Węglowodany ogółem: 327.59 g; W tym cukry: 53.37 g; Błonnik pok.: 46.74 g; Sól: 8.61 g;	Wartość energetyczna: 2560.19 kcal; Białko ogółem: 109.80 g; Tłuszcz: 81.60 g; Kw. tł. nasy.: 40.70 g; Węglowodany ogółem: 354.70 g; W tym cukry: 55.31 g; Błonnik pok.: 31.66 g; Sól: 9.30 g;	Wartość energetyczna: 2697.69 kcal; Białko ogółem: 85.76 g; Tłuszcz: 95.73 g; Kw. tł. nasy.: 42.86 g; Węglowodany ogółem: 380.30 g; W tym cukry: 86.97 g; Błonnik pok.: 31.54 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 2024.59 kcal; Białko ogółem: 64.30 g; Tłuszcz: 73.31 g; Kw. tł. nasy.: 30.27 g; Węglowodany ogółem: 281.64 g; W tym cukry: 55.12 g; Błonnik pok.: 19.46 g; Sól: 2.89 g;	Wartość energetyczna: 2604.39 kcal; Białko ogółem: 97.99 g; Tłuszcz: 88.09 g; Kw. tł. nasy.: 44.57 g; Węglowodany ogółem: 363.71 g; W tym cukry: 81.59 g; Błonnik pok.: 26.68 g; Sól: 8.18 g;	Wartość energetyczna: 2942.61 kcal; Białko ogółem: 128.90 g; Tłuszcz: 100.48 g; Kw. tł. nasy.: 49.66 g; Węglowodany ogółem: 391.24 g; W tym cukry: 60.06 g; Błonnik pok.: 32.43 g; Sól: 10.51 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Miód (25g) 2 szt Nektarynka 120 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE)	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE)	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE)	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE)	Płynna odtwycza - śniadanie RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Kakao z mlekiem 250 ml (MLE)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Pomidor 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE)	Chleb bezglutenowy 100 g (MLE) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE)	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE) Jabłko pieczone 150 g
Tł.SN						Nektarynka 120 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml				Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
Obiad	Kalaforowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL, SEL.) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Surówka z kapusty młodej z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa ( ) 400 ml (MLE, SEL, SEL.) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku ( ) 200 g (GLU PSZ, SEL, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa ( ) 400 ml (MLE, SEL, SEL.) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL, SEL.) Warzywa po grecku ( ) 200 g (GLU PSZ, SEL, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odtwycza - ryżowa ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odtwycza - ryżowa ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalaforowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL, SEL.) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Surówka z kapusty młodej z olejem ( ) 100 g Warzywa po grecku ( ) 100 g (GLU PSZ, SEL, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa ( ) 400 ml (MLE, SEL, SEL.) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku ( ) 200 g (GLU PSZ, SEL, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalaforowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL, SEL.) Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 350 g (GLU PSZ, SEL, SEL.) Surówka z kapusty młodej z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa ( ) 400 ml (MLE, SEL, SEL.) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku (bez glutenu) ( ) 200 g (SEL, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalaforowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL, SEL.) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku ( ) 200 g (GLU PSZ, SEL, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (GLU PSZ, MLE)
PD											Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (GLU PSZ, MLE)
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jarzynowa z makaronem dieta ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jarzynowa z makaronem dieta ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odtwycza - jarzynowa z makaronem ( ) RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g (MLE) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
PN			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)
	Wartość energetyczna: 2650.33 kcal; Białko ogółem: 99.83 g; Tłuszcz: 96.07 g; Kw. tł. nasy.: 39.64 g; Węglowodany ogółem: 355.86 g; W tym cukry: 83.50 g; Błonnik pok.: 23.52 g; Sól: 5.54 g;	Wartość energetyczna: 2491.70 kcal; Białko ogółem: 97.27 g; Tłuszcz: 79.93 g; Kw. tł. nasy.: 38.52 g; Węglowodany ogółem: 355.72 g; W tym cukry: 91.16 g; Błonnik pok.: 23.95 g; Sól: 5.62 g;	Wartość energetyczna: 2487.83 kcal; Białko ogółem: 100.82 g; Tłuszcz: 76.51 g; Kw. tł. nasy.: 37.43 g; Węglowodany ogółem: 359.40 g; W tym cukry: 94.08 g; Błonnik pok.: 24.73 g; Sól: 7.64 g;	Wartość energetyczna: 2668.79 kcal; Białko ogółem: 104.80 g; Tłuszcz: 76.66 g; Kw. tł. nasy.: 37.38 g; Węglowodany ogółem: 402.20 g; W tym cukry: 99.58 g; Błonnik pok.: 27.37 g; Sól: 5.62 g;	Wartość energetyczna: 2563.99 kcal; Białko ogółem: 130.90 g; Tłuszcz: 123.47 g; Kw. tł. nasy.: 32.91 g; Węglowodany ogółem: 238.99 g; W tym cukry: 103.92 g; Błonnik pok.: 14.91 g; Sól: 4.15 g;	Wartość energetyczna: 2321.73 kcal; Białko ogółem: 119.83 g; Tłuszcz: 83.56 g; Kw. tł. nasy.: 39.61 g; Węglowodany ogółem: 289.81 g; W tym cukry: 71.93 g; Błonnik pok.: 33.48 g; Sól: 6.82 g;	Wartość energetyczna: 2502.22 kcal; Białko ogółem: 115.26 g; Tłuszcz: 76.69 g; Kw. tł. nasy.: 38.39 g; Węglowodany ogółem: 351.47 g; W tym cukry: 93.51 g; Błonnik pok.: 28.86 g; Sól: 10.04 g;	Wartość energetyczna: 2558.71 kcal; Białko ogółem: 81.37 g; Tłuszcz: 79.94 g; Kw. tł. nasy.: 38.18 g; Węglowodany ogółem: 389.50 g; W tym cukry: 87.89 g; Błonnik pok.: 25.35 g; Sól: 4.61 g;	Wartość energetyczna: 2002.28 kcal; Białko ogółem: 61.15 g; Tłuszcz: 71.26 g; Kw. tł. nasy.: 30.81 g; Węglowodany ogółem: 285.17 g; W tym cukry: 62.81 g; Błonnik pok.: 18.41 g; Sól: 2.63 g;	Wartość energetyczna: 2486.47 kcal; Białko ogółem: 97.81 g; Tłuszcz: 80.11 g; Kw. tł. nasy.: 38.56 g; Węglowodany ogółem: 354.01 g; W tym cukry: 94.27 g; Błonnik pok.: 25.20 g; Sól: 6.59 g;	Wartość energetyczna: 2822.06 kcal; Białko ogółem: 128.53 g; Tłuszcz: 88.00 g; Kw. tł. nasy.: 43.72 g; Węglowodany ogółem: 393.13 g; W tym cukry: 110.16 g; Błonnik pok.: 30.37 g; Sól: 9.37 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Latwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Latwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Latwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 z ogr.latwo przys.wegl/Latwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
2024-07-20 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Chleb Graham 70 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane, wędz. parz w osłonce niejadalnej) 140 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Ketchup 20 g ( <u>SEL.</u> ) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Salata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Serek homo.o smaku naturalnym z zieleni 100 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Sok pomidorowy 200 ml
		IN	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )							Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )		
2024-07-20 sobota	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Pulpet drobiowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g ( <u>JAJ, SEL.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g ( <u>JAJ.</u> ) Gulasz sojowy z warzywami * 200 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml ( <u>SEL.</u> ) Ryz na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g ( <u>JAJ.</u> ) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
		PD	Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml ( <u>MLE</u> )							Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml ( <u>MLE</u> )		
2024-07-20 sobota	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Selerowa z makaronem () 400 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - selerowa z makaronem () RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml
		PN	Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt ( <u>MLE</u> )			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> )		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</u> ) Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt ( <u>MLE</u> )		Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt ( <u>MLE</u> )		
	Wartość energetyczna: 2776.84 kcal; Białko ogółem: 111.12 g; Tłuszcz: 101.26 g; Kw. tł. nasy.: 42.53 g; Węglowodany ogółem: 364.14 g; W tym cukry: 91.94 g; Błonnik pok.: 30.59 g; Sól: 12.02 g;	Wartość energetyczna: 2518.03 kcal; Białko ogółem: 100.40 g; Tłuszcz: 79.31 g; Kw. tł. nasy.: 34.86 g; Węglowodany ogółem: 361.10 g; W tym cukry: 87.74 g; Błonnik pok.: 27.72 g; Sól: 8.80 g;	Wartość energetyczna: 2545.66 kcal; Białko ogółem: 101.11 g; Tłuszcz: 68.99 g; Kw. tł. nasy.: 37.42 g; Węglowodany ogółem: 388.01 g; W tym cukry: 114.83 g; Błonnik pok.: 26.38 g; Sól: 9.11 g;	Wartość energetyczna: 2689.67 kcal; Białko ogółem: 108.20 g; Tłuszcz: 75.21 g; Kw. tł. nasy.: 37.42 g; Węglowodany ogółem: 407.80 g; W tym cukry: 110.57 g; Błonnik pok.: 30.21 g; Sól: 9.22 g;	Wartość energetyczna: 2462.59 kcal; Białko ogółem: 125.67 g; Tłuszcz: 122.18 g; Kw. tł. nasy.: 32.03 g; Węglowodany ogółem: 225.04 g; W tym cukry: 103.77 g; Błonnik pok.: 20.61 g; Sól: 5.02 g;	Wartość energetyczna: 2459.35 kcal; Białko ogółem: 112.77 g; Tłuszcz: 88.16 g; Kw. tł. nasy.: 37.79 g; Węglowodany ogółem: 371.47 g; W tym cukry: 81.52 g; Błonnik pok.: 34.01 g; Sól: 9.85 g;	Wartość energetyczna: 2535.22 kcal; Białko ogółem: 108.73 g; Tłuszcz: 71.98 g; Kw. tł. nasy.: 36.65 g; Węglowodany ogółem: 371.47 g; W tym cukry: 81.52 g; Błonnik pok.: 28.87 g; Sól: 11.74 g;	Wartość energetyczna: 2548.14 kcal; Białko ogółem: 102.08 g; Tłuszcz: 80.74 g; Kw. tł. nasy.: 39.91 g; Węglowodany ogółem: 358.61 g; W tym cukry: 86.87 g; Błonnik pok.: 36.87 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2072.21 kcal; Białko ogółem: 64.78 g; Tłuszcz: 73.51 g; Kw. tł. nasy.: 27.43 g; Węglowodany ogółem: 291.93 g; W tym cukry: 60.47 g; Błonnik pok.: 16.36 g; Sól: 4.35 g;	Wartość energetyczna: 2569.43 kcal; Białko ogółem: 96.61 g; Tłuszcz: 79.59 g; Kw. tł. nasy.: 41.50 g; Węglowodany ogółem: 374.83 g; W tym cukry: 114.80 g; Błonnik pok.: 25.41 g; Sól: 8.77 g;	Wartość energetyczna: 2876.65 kcal; Białko ogółem: 126.87 g; Tłuszcz: 92.42 g; Kw. tł. nasy.: 46.67 g; Węglowodany ogółem: 394.67 g; W tym cukry: 93.27 g; Błonnik pok.: 30.99 g; Sól: 12.06 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 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	
2024-07-21 niedziela	Śniadanie	Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g
	II ŚN							Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml				Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
2024-07-21 niedziela	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Mizeria 200 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Warzywa po grecku () b/c 200 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Mięso (schab) mielone w sosie wł 100 g (GLU PSZ, SEL.) Warzywa po grecku () b/c 200 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - pomidorowa z makaronem () RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Mizeria 100 g (MLE) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Warzywa po grecku () b/c 200 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Falafele klopiści z ciecierzycy 100 g (GLU PSZ, SEL.) Mizeria 200 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaki młode gotowane () 200 g Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL.) Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD							Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE)				Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)
2024-07-21 niedziela	Kolejka	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE.</u> )				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE.</u> )	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.)
	Wartość energetyczna: 2206.47 kcal; Białko ogółem: 88.94 g; Tłuszcz: 84.42 g; Kw. tł. nasy.: 41.38 g; Węglowodany ogółem: 280.92 g; W tym cukry: 59.57 g; Błonnik pok.: 20.94 g; Sól: 7.17 g;	Wartość energetyczna: 1930.48 kcal; Białko ogółem: 99.18 g; Tłuszcz: 56.09 g; Kw. tł. nasy.: 29.57 g; Węglowodany ogółem: 293.49 g; W tym cukry: 52.56 g; Błonnik pok.: 15.26 g; Sól: 6.03 g;	Wartość energetyczna: 2061.06 kcal; Białko ogółem: 97.40 g; Tłuszcz: 59.73 g; Kw. tł. nasy.: 30.12 g; Węglowodany ogółem: 293.49 g; W tym cukry: 63.46 g; Błonnik pok.: 25.93 g; Sól: 7.25 g;	Wartość energetyczna: 2549.42 kcal; Białko ogółem: 111.21 g; Tłuszcz: 75.27 g; Kw. tł. nasy.: 33.89 g; Węglowodany ogółem: 367.98 g; W tym cukry: 83.43 g; Błonnik pok.: 27.66 g; Sól: 7.34 g;	Wartość energetyczna: 2465.95 kcal; Białko ogółem: 123.46 g; Tłuszcz: 114.57 g; Kw. tł. nasy.: 27.35 g; Węglowodany ogółem: 240.94 g; W tym cukry: 91.79 g; Błonnik pok.: 18.01 g; Sól: 3.88 g;	Wartość energetyczna: 2160.50 kcal; Białko ogółem: 119.25 g; Tłuszcz: 77.18 g; Kw. tł. nasy.: 45.35 g; Węglowodany ogółem: 257.66 g; W tym cukry: 34.60 g; Błonnik pok.: 28.76 g; Sól: 8.26 g;	Wartość energetyczna: 2259.41 kcal; Białko ogółem: 112.72 g; Tłuszcz: 66.55 g; Kw. tł. nasy.: 35.21 g; Węglowodany ogółem: 313.20 g; W tym cukry: 40.33 g; Błonnik pok.: 31.68 g; Sól: 9.51 g;	Wartość energetyczna: 2108.22 kcal; Białko ogółem: 77.72 g; Tłuszcz: 81.19 g; Kw. tł. nasy.: 40.91 g; Węglowodany ogółem: 228.73 g; W tym cukry: 58.89 g; Błonnik pok.: 17.22 g; Sól: 5.67 g;	Wartość energetyczna: 1755.74 kcal; Białko ogółem: 77.72 g; Tłuszcz: 57.62 g; Kw. tł. nasy.: 26.59 g; Węglowodany ogółem: 228.73 g; W tym cukry: 43.76 g; Błonnik pok.: 10.02 g; Sól: 3.10 g;	Wartość energetyczna: 2091.93 kcal; Białko ogółem: 98.23 g; Tłuszcz: 68.96 g; Kw. tł. nasy.: 40.02 g; Węglowodany ogółem: 297.29 g; W tym cukry: 52.35 g; Błonnik pok.: 17.42 g; Sól: 7.98 g;	Wartość energetyczna: 2328.28 kcal; Białko ogółem: 113.35 g; Tłuszcz: 78.78 g; Kw. tł. nasy.: 47.13 g; Węglowodany ogółem: 297.29 g; W tym cukry: 30.42 g; Błonnik pok.: 23.17 g; Sól: 10.25 g;	

### **Oznaczenia alergenów:**

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

### **Oznaczenia wskaźników odż.:**

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

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwostrawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odtwycza - śniadanie RYD 700 g (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml
II SN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml										
Obiad	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Naleśniki z serem 350 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Mus z jabłek () b/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odtwycza - dyniowa z ziemniakami () RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Mus z jabłek () b/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Mus z jabłek () b/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL.) Makaron bezglutenowy 200 g (MLE.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Mus z jabłek () z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Mus z jabłek () b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami (GLU PSZ, MLE, SEL.) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Mus z jabłek () b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD	Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE)										
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płynna odtwycza - jarzynowa z ryżem () RYD 700g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)
	Wartość energetyczna: 2835.31 kcal; Białko ogółem: 107.09 g; Tłuszcz: 86.13 g; Kw. tł. nasy.: 38.96 g; Węglowodany ogółem: 419.05 g; W tym cukry: 105.36 g; Błonnik pok.: 29.15 g; Sól: 6.51 g;	Wartość energetyczna: 2253.74 kcal; Białko ogółem: 85.56 g; Tłuszcz: 66.54 g; Kw. tł. nasy.: 35.99 g; Węglowodany ogółem: 334.98 g; W tym cukry: 73.56 g; Błonnik pok.: 20.70 g; Sól: 6.42 g;	Wartość energetyczna: 2344.49 kcal; Białko ogółem: 95.03 g; Tłuszcz: 63.74 g; Kw. tł. nasy.: 34.37 g; Węglowodany ogółem: 350.48 g; W tym cukry: 78.15 g; Błonnik pok.: 22.63 g; Sól: 6.47 g;	Wartość energetyczna: 2456.19 kcal; Białko ogółem: 101.09 g; Tłuszcz: 63.40 g; Kw. tł. nasy.: 33.93 g; Węglowodany ogółem: 374.28 g; W tym cukry: 82.36 g; Błonnik pok.: 23.90 g; Sól: 6.20 g;	Wartość energetyczna: 2430.74 kcal; Białko ogółem: 122.69 g; Tłuszcz: 121.52 g; Kw. tł. nasy.: 31.94 g; Węglowodany ogółem: 220.31 g; W tym cukry: 104.44 g; Błonnik pok.: 19.77 g; Sól: 4.86 g;	Wartość energetyczna: 2237.07 kcal; Białko ogółem: 94.61 g; Tłuszcz: 69.08 g; Kw. tł. nasy.: 35.56 g; Węglowodany ogółem: 317.83 g; W tym cukry: 62.27 g; Błonnik pok.: 34.51 g; Sól: 6.29 g;	Wartość energetyczna: 2262.64 kcal; Białko ogółem: 90.12 g; Tłuszcz: 60.86 g; Kw. tł. nasy.: 33.61 g; Węglowodany ogółem: 340.68 g; W tym cukry: 64.72 g; Błonnik pok.: 21.96 g; Sól: 7.14 g;	Wartość energetyczna: 2673.46 kcal; Białko ogółem: 93.65 g; Tłuszcz: 96.51 g; Kw. tł. nasy.: 38.33 g; Węglowodany ogółem: 363.82 g; W tym cukry: 73.33 g; Błonnik pok.: 25.98 g; Sól: 6.39 g;	Wartość energetyczna: 1797.00 kcal; Białko ogółem: 48.09 g; Tłuszcz: 60.44 g; Kw. tł. nasy.: 28.78 g; Węglowodany ogółem: 266.24 g; W tym cukry: 46.52 g; Błonnik pok.: 12.96 g; Sól: 2.63 g;	Wartość energetyczna: 2256.46 kcal; Białko ogółem: 69.38 g; Tłuszcz: 61.99 g; Kw. tł. nasy.: 33.48 g; Węglowodany ogółem: 387.32 g; W tym cukry: 78.45 g; Błonnik pok.: 24.59 g; Sól: 6.58 g;	Wartość energetyczna: 2443.80 kcal; Białko ogółem: 78.41 g; Tłuszcz: 66.69 g; Kw. tł. nasy.: 36.94 g; Węglowodany ogółem: 359.43 g; W tym cukry: 79.60 g; Błonnik pok.: 27.01 g; Sól: 8.12 g;



Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Chleb Graham 70 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 20 g Kawa zbozowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Papryka świeża 80 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbozowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek 100 g ( <u>MLE</u> ) Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbozowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek 100 g ( <u>MLE</u> ) Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbozowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Kawa zbozowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbozowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek 100 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbozowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Mus z jabłek () b/c 100 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbozowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt ( <u>MLE</u> ) Kawa zbozowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Mus z jabłek () b/c 100 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt ( <u>MLE</u> ) Kawa zbozowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Mus z jabłek () b/c 100 g
Tł.SN							Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml				Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
Obiad	Szczawiowa z ryżem () 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos męksykański 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaki młode gotowane () 200 g Brokułowa z ryżem () 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Bitka z szynki wieprzowej 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - brokułowa z ryżem () RYD 700 g ( <u>JAJ, SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szczawiowa z ryżem () 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos własny (bez glutenu) 100 ml Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szczawiowa z ryżem () 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Gulasz sojowy z warzywami () 200 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej (bez glutenu) 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD							Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )				Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )
Kolacja	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Ziemniaczana () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Ziemniaczana () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	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> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <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 Salata zielona 20 g 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> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	
PN		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> ) Rogal maślany 50g. 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> )			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT</u> ) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT</u> ) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> )	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> ) Rogal maślany 50g. 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> )	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> ) Rogal maślany 50g. 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> )	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> ) Rogal maślany 50g. 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT</u> ) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> )
	Wartość energetyczna: 2758.67 kcal; Białko ogółem: 117.03 g; Tłuszcz: 102.24 g; Kw. tł. nasy.: 50.78 g; Węglowodany ogółem: 352.68 g; W tym cukry: 79.14 g; Błonnik pok.: 24.95 g; Sól: 7.69 g;	Wartość energetyczna: 2652.74 kcal; Białko ogółem: 120.71 g; Tłuszcz: 93.25 g; Kw. tł. nasy.: 42.10 g; Węglowodany ogółem: 341.95 g; W tym cukry: 79.45 g; Błonnik pok.: 21.33 g; Sól: 6.88 g;	Wartość energetyczna: 2713.52 kcal; Białko ogółem: 119.90 g; Tłuszcz: 93.65 g; Kw. tł. nasy.: 42.59 g; Węglowodany ogółem: 357.78 g; W tym cukry: 79.30 g; Błonnik pok.: 23.46 g; Sól: 7.65 g;	Wartość energetyczna: 2901.61 kcal; Białko ogółem: 131.85 g; Tłuszcz: 86.94 g; Kw. tł. nasy.: 43.47 g; Węglowodany ogółem: 410.60 g; W tym cukry: 89.59 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 7.21 g;	Wartość energetyczna: 2471.18 kcal; Białko ogółem: 127.47 g; Tłuszcz: 122.64 g; Kw. tł. nasy.: 32.12 g; Węglowodany ogółem: 223.27 g; W tym cukry: 103.51 g; Błonnik pok.: 18.45 g; Sól: 4.23 g;	Wartość energetyczna: 2273.22 kcal; Białko ogółem: 114.33 g; Tłuszcz: 85.28 g; Kw. tł. nasy.: 40.56 g; Węglowodany ogółem: 275.67 g; W tym cukry: 68.48 g; Błonnik pok.: 28.79 g; Sól: 7.85 g;	Wartość energetyczna: 2418.79 kcal; Białko ogółem: 107.46 g; Tłuszcz: 88.92 g; Kw. tł. nasy.: 41.25 g; Węglowodany ogółem: 313.42 g; W tym cukry: 67.99 g; Błonnik pok.: 24.84 g; Sól: 8.81 g;	Wartość energetyczna: 2622.62 kcal; Białko ogółem: 106.23 g; Tłuszcz: 88.92 g; Kw. tł. nasy.: 47.44 g; Węglowodany ogółem: 353.13 g; W tym cukry: 78.48 g; Błonnik pok.: 32.27 g; Sól: 6.20 g;	Wartość energetyczna: 2022.60 kcal; Białko ogółem: 78.31 g; Tłuszcz: 85.05 g; Kw. tł. nasy.: 35.22 g; Węglowodany ogółem: 239.70 g; W tym cukry: 54.08 g; Błonnik pok.: 14.76 g; Sól: 4.26 g;	Wartość energetyczna: 2883.70 kcal; Białko ogółem: 118.97 g; Tłuszcz: 113.01 g; Kw. tł. nasy.: 50.04 g; Węglowodany ogółem: 358.21 g; W tym cukry: 81.99 g; Błonnik pok.: 23.77 g; Sól: 8.65 g;	Wartość energetyczna: 2956.68 kcal; Białko ogółem: 131.66 g; Tłuszcz: 116.84 g; Kw. tł. nasy.: 51.41 g; Węglowodany ogółem: 356.56 g; W tym cukry: 80.83 g; Błonnik pok.: 26.23 g; Sól: 10.10 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 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 GLU/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb Graham 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyzka piastowska-wędzonka wiewprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, JAJ, MLE, SEL, GOR.), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ).	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyzka piastowska-wędzonka wiewprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, JAJ, MLE, SEL, GOR.), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ).	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyzka piastowska-wędzonka wiewprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, JAJ, MLE, SEL, GOR.), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ).	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyzka piastowska-wędzonka wiewprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, JAJ, MLE, SEL, GOR.), Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ).	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE), Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ).	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE), Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ).	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyzka piastowska-wędzonka wiewprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, JAJ, MLE, SEL, GOR.), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ).	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyzka piastowska-wędzonka wiewprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, JAJ, MLE, SEL, GOR.), Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt, Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ).	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml (MLE), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ).	Chleb bezglutenowy 100 g, Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyzka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml (MLE), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyzka piastowska-wędzonka wiewprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, JAJ, MLE, SEL, GOR.), Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ).	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyzka piastowska-wędzonka wiewprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, JAJ, MLE, SEL, GOR.), Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ).
II SN						Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko pieczone 150 g	
Obiad	Pieczarkowa z makaronem (I) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ziemniaki młode gotowane (I) 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ), Sos pietruszkowy (I) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Surówka z marchwi i chrzanu (I) 200 g (MLE, SOJ), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem diety (I) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ziemniaki młode gotowane (I) 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ), Sos pietruszkowy (I) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Fasolka szparagowa z wody* 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem diety (I) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ziemniaki młode gotowane (I) 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ), Sos pietruszkowy (I) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Marchew gotowana z olejem (I) 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem (I) RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem (I) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ziemniaki młode gotowane (I) 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ), Sos pietruszkowy (I) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Fasolka szparagowa z wody* 100 g, Surówka z marchwi i chrzanu (I) 100 g (MLE, SOJ), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Pieczarkowa z makaronem (I) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ziemniaki młode gotowane (I) 200 g, Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ), Sos pietruszkowy (I) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Surówka z marchwi i chrzanu (I) 200 g (MLE, SOJ), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) (I) 400 ml (MLE, SEL), Ziemniaki młode gotowane (I) 200 g, Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (JAJ), Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (MLE), Fasolka szparagowa z wody* 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem diety (I) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ziemniaki młode gotowane (I) 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ), Sos pietruszkowy (I) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Fasolka szparagowa z wody* 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jabłko pieczone 150 g	
PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE)	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Paprykarz szczebiński 100 g (RYB, SOJ), Ogórek świeży 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyzka piastowska-wędzonka wiewprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Sok marchwiowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyzka piastowska-wędzonka wiewprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g, Grysiowka (I) 400 ml (GLU PSZ, SEL), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - grysiowka (I) RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Paprykarz szczebiński 100 g (RYB, SOJ), Ogórek świeży 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyzka piastowska-wędzonka wiewprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g, Sok marchwiowy 200 ml, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/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), Ser żółty 50 g (MLE), Ogórek świeży 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g, Masło 83% tł. 20 g (MLE), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Ser żółty 50 g (MLE), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Ser żółty 50 g (MLE), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml, Sok marchwiowy 200 ml	
PN	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (MLE, GLU OW)		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE), Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (MLE, GLU OW)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT), Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (MLE, GLU OW)	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (MLE, GLU OW)	Mus -przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (MLE, GLU OW)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT), Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (MLE, GLU OW)	
	Wartość energetyczna: 2376.75 kcal; Białko ogółem: 96.36 g; Tłuszcz: 81.74 g; Kw. tł. nasy.: 36.55 g; Węglowodany ogółem: 325.07 g; W tym cukry: 77.63 g; Błonnik pok.: 26.15 g; Sól: 8.51 g;	Wartość energetyczna: 2164.88 kcal; Białko ogółem: 89.79 g; Tłuszcz: 71.63 g; Kw. tł. nasy.: 35.95 g; Węglowodany ogółem: 298.22 g; W tym cukry: 67.03 g; Błonnik pok.: 20.56 g; Sól: 7.30 g;	Wartość energetyczna: 2298.52 kcal; Białko ogółem: 90.12 g; Tłuszcz: 72.51 g; Kw. tł. nasy.: 35.01 g; Węglowodany ogółem: 329.69 g; W tym cukry: 99.89 g; Błonnik pok.: 24.41 g; Sól: 8.86 g;	Wartość energetyczna: 2374.97 kcal; Białko ogółem: 96.61 g; Tłuszcz: 70.12 g; Kw. tł. nasy.: 33.16 g; Węglowodany ogółem: 349.94 g; W tym cukry: 93.26 g; Błonnik pok.: 25.22 g; Sól: 10.66 g;	Wartość energetyczna: 2454.48 kcal; Białko ogółem: 123.91 g; Tłuszcz: 116.04 g; Kw. tł. nasy.: 27.64 g; Węglowodany ogółem: 296.66 g; W tym cukry: 90.42 g; Błonnik pok.: 14.81 g; Sól: 5.95 g;	Wartość energetyczna: 2215.66 kcal; Białko ogółem: 95.32 g; Tłuszcz: 78.75 g; Kw. tł. nasy.: 34.49 g; Węglowodany ogółem: 324.82 g; W tym cukry: 69.01 g; Błonnik pok.: 32.71 g; Sól: 8.54 g;	Wartość energetyczna: 2246.31 kcal; Białko ogółem: 87.70 g; Tłuszcz: 70.35 g; Kw. tł. nasy.: 34.99 g; Węglowodany ogółem: 324.82 g; W tym cukry: 79.88 g; Błonnik pok.: 32.04 g; Sól: 9.96 g;	Wartość energetyczna: 2354.73 kcal; Białko ogółem: 97.40 g; Tłuszcz: 86.14 g; Kw. tł. nasy.: 48.75 g; Węglowodany ogółem: 327.65 g; W tym cukry: 79.70 g; Błonnik pok.: 22.82 g; Sól: 6.33 g;	Wartość energetyczna: 1708.71 kcal; Białko ogółem: 59.37 g; Tłuszcz: 66.29 g; Kw. tł. nasy.: 27.46 g; Węglowodany ogółem: 224.95 g; W tym cukry: 48.09 g; Błonnik pok.: 14.38 g; Sól: 3.75 g;	Wartość energetyczna: 2375.34 kcal; Białko ogółem: 96.03 g; Tłuszcz: 81.38 g; Kw. tł. nasy.: 44.26 g; Węglowodany ogółem: 321.48 g; W tym cukry: 80.02 g; Błonnik pok.: 19.52 g; Sól: 8.37 g;	Wartość energetyczna: 2601.08 kcal; Białko ogółem: 107.53 g; Tłuszcz: 86.19 g; Kw. tł. nasy.: 47.76 g; Węglowodany ogółem: 356.25 g; W tym cukry: 86.37 g; Błonnik pok.: 27.92 g; Sól: 9.85 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 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	
2024-08-08 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odtżywca - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU OW.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml
		TSN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml									
2024-08-08 czwartek	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (SEL) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU JECZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odtżywca - ziemniaczana () RYD 700 g (JAJ, SEL) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (SEL) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jaglane z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
		PD	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE)									
2024-08-08 czwartek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (MLE, SEL) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (MLE, SEL) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odtżywca - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (JAJ, SEL) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	
		PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)				Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	
		Wartość energetyczna: 2620.92 kcal; Białko ogółem: 101.75 g; Tłuszcz: 99.20 g; Kw. tł. nasy.: 48.69 g; Węglowodany ogółem: 347.07 g; W tym cukry: 83.70 g; Błonnik pok.: 35.51 g; Sól: 8.33 g;	Wartość energetyczna: 2517.16 kcal; Białko ogółem: 105.09 g; Tłuszcz: 91.10 g; Kw. tł. nasy.: 39.93 g; Węglowodany ogółem: 332.44 g; W tym cukry: 73.90 g; Błonnik pok.: 28.33 g; Sól: 6.72 g;	Wartość energetyczna: 2597.52 kcal; Białko ogółem: 104.73 g; Tłuszcz: 91.21 g; Kw. tł. nasy.: 40.38 g; Węglowodany ogółem: 351.29 g; W tym cukry: 78.49 g; Błonnik pok.: 30.09 g; Sól: 6.93 g;	Wartość energetyczna: 2709.22 kcal; Białko ogółem: 110.79 g; Tłuszcz: 90.87 g; Kw. tł. nasy.: 39.94 g; Węglowodany ogółem: 375.09 g; W tym cukry: 82.70 g; Błonnik pok.: 31.36 g; Sól: 6.66 g;	Wartość energetyczna: 2450.41 kcal; Białko ogółem: 124.60 g; Tłuszcz: 124.04 g; Kw. tł. nasy.: 32.19 g; Węglowodany ogółem: 217.50 g; W tym cukry: 100.38 g; Błonnik pok.: 17.75 g; Sól: 4.09 g;	Wartość energetyczna: 2345.49 kcal; Białko ogółem: 104.85 g; Tłuszcz: 85.45 g; Kw. tł. nasy.: 39.68 g; Węglowodany ogółem: 305.74 g; W tym cukry: 68.87 g; Błonnik pok.: 36.39 g; Sól: 7.19 g;	Wartość energetyczna: 2496.76 kcal; Białko ogółem: 98.26 g; Tłuszcz: 86.71 g; Kw. tł. nasy.: 39.48 g; Węglowodany ogółem: 341.65 g; W tym cukry: 68.92 g; Błonnik pok.: 30.39 g; Sól: 8.05 g;	Wartość energetyczna: 2580.48 kcal; Białko ogółem: 91.27 g; Tłuszcz: 101.61 g; Kw. tł. nasy.: 45.28 g; Węglowodany ogółem: 329.54 g; W tym cukry: 73.66 g; Błonnik pok.: 33.74 g; Sól: 6.53 g;	Wartość energetyczna: 2077.96 kcal; Białko ogółem: 73.12 g; Tłuszcz: 102.23 g; Kw. tł. nasy.: 32.76 g; Węglowodany ogółem: 263.17 g; W tym cukry: 48.44 g; Błonnik pok.: 18.74 g; Sól: 3.42 g;	Wartość energetyczna: 2646.67 kcal; Białko ogółem: 97.19 g; Tłuszcz: 102.23 g; Kw. tł. nasy.: 49.19 g; Węglowodany ogółem: 346.04 g; W tym cukry: 79.55 g; Błonnik pok.: 30.59 g; Sól: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 2868.64 kcal; Białko ogółem: 114.04 g; Tłuszcz: 107.86 g; Kw. tł. nasy.: 50.27 g; Węglowodany ogółem: 373.08 g; W tym cukry: 78.39 g; Błonnik pok.: 33.01 g; Sól: 9.29 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Vegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Chleb Graham 70 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Dżem wiśniowy 60 g Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Twarożek 50 g ( <u>MLE,</u> )	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Twarożek 50 g ( <u>MLE,</u> )	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Twarożek 50 g ( <u>MLE,</u> )	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> )	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE,</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Twarożek 100 g ( <u>MLE,</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Jabłko pieczone 150 g	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Twarożek 50 g ( <u>MLE,</u> )	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Twarożek 50 g ( <u>MLE,</u> )	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Dżem wiśniowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Jabłko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE,</u> )	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE,</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Jabłko pieczone 150 g	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE,</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Jabłko pieczone 150 g
Tł.SN						Arbuz 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )				Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )
Obiad	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ) Salatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB,</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g ( <u>SEL,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ) Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g ( <u>SEL,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - szpinakowa z zacierką () RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB,</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g ( <u>SEL,</u> ) Salatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB,</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g ( <u>SEL,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u> ) Kotlety gryczane z cebulką i twarogiem 350 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Sos pieczarkowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Salatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB,</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g ( <u>SEL,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB,</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g ( <u>SEL,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB,</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g ( <u>SEL,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB,</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g ( <u>SEL,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD							Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml ( <u>MLE,</u> )				Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml ( <u>MLE,</u> )
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) 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> ) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Selerowa z makaronem () 400 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Selerowa z makaronem () 400 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - selerowa z makaronem () RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ,</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 Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) 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 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 Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	
PN			Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g(tubka) 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,</u> ) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g(tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,</u> ) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g(tubka) 1 szt
	Wartość energetyczna: 2615.90 kcal; Białko ogółem: 102.48 g; Tłuszcz: 83.28 g; Kw. tł. nasy.: 35.71 g; Węglowodany ogółem: 375.65 g; W tym cukry: 140.75 g; Błonnik pok.: 24.82 g; Sól: 5.69 g;	Wartość energetyczna: 2455.79 kcal; Białko ogółem: 98.17 g; Tłuszcz: 78.94 g; Kw. tł. nasy.: 35.25 g; Węglowodany ogółem: 355.35 g; W tym cukry: 131.27 g; Błonnik pok.: 28.52 g; Sól: 6.42 g;	Wartość energetyczna: 2451.34 kcal; Białko ogółem: 102.65 g; Tłuszcz: 75.03 g; Kw. tł. nasy.: 34.39 g; Węglowodany ogółem: 355.35 g; W tym cukry: 133.77 g; Błonnik pok.: 29.30 g; Sól: 8.33 g;	Wartość energetyczna: 2617.13 kcal; Białko ogółem: 106.43 g; Tłuszcz: 74.68 g; Kw. tł. nasy.: 34.12 g; Węglowodany ogółem: 396.81 g; W tym cukry: 139.73 g; Błonnik pok.: 34.11 g; Sól: 8.40 g;	Wartość energetyczna: 2494.93 kcal; Białko ogółem: 124.95 g; Tłuszcz: 116.12 g; Kw. tł. nasy.: 27.66 g; Węglowodany ogółem: 246.57 g; W tym cukry: 106.51 g; Błonnik pok.: 17.48 g; Sól: 4.06 g;	Wartość energetyczna: 2219.85 kcal; Białko ogółem: 106.69 g; Tłuszcz: 86.67 g; Kw. tł. nasy.: 43.07 g; Węglowodany ogółem: 271.11 g; W tym cukry: 97.21 g; Błonnik pok.: 32.17 g; Sól: 7.21 g;	Wartość energetyczna: 2287.00 kcal; Białko ogółem: 111.98 g; Tłuszcz: 77.64 g; Kw. tł. nasy.: 36.89 g; Węglowodany ogółem: 299.03 g; W tym cukry: 143.91 g; Błonnik pok.: 30.62 g; Sól: 9.70 g;	Wartość energetyczna: 2822.77 kcal; Białko ogółem: 93.52 g; Tłuszcz: 97.05 g; Kw. tł. nasy.: 37.94 g; Węglowodany ogółem: 405.88 g; W tym cukry: 143.91 g; Błonnik pok.: 26.93 g; Sól: 4.99 g;	Wartość energetyczna: 2009.85 kcal; Białko ogółem: 63.47 g; Tłuszcz: 78.28 g; Kw. tł. nasy.: 28.19 g; Węglowodany ogółem: 283.03 g; W tym cukry: 106.28 g; Błonnik pok.: 22.54 g; Sól: 3.11 g;	Wartość energetyczna: 2456.41 kcal; Białko ogółem: 97.40 g; Tłuszcz: 78.28 g; Kw. tł. nasy.: 34.00 g; Węglowodany ogółem: 354.62 g; W tym cukry: 132.06 g; Błonnik pok.: 29.30 g; Sól: 7.36 g;	Wartość energetyczna: 2687.05 kcal; Białko ogółem: 127.34 g; Tłuszcz: 101.71 g; Kw. tł. nasy.: 47.34 g; Węglowodany ogółem: 331.59 g; W tym cukry: 85.86 g; Błonnik pok.: 31.39 g; Sól: 9.91 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Latwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Latwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Latwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.latwo przys.wegl/Latwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb Graham 70 g (GLU, PSZ, SEL.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU, JECZ.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
Tł.SN							Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml				Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
Obiad	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane-drobno tarte ( ) 200 g (GLU, PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Mięso wołowe mielone w sosie w/ 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c ( ) 100 g Buraczki podprawiane -drobno tarte ( ) 200 g (GLU, PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - koperkowa z ryżem ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) ( ) 200 g (GLU, PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) ( ) 200 g (GLU, PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (GLU, PSZ, SOJ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa (bez glutenu) 100 g Sos jarzynowy (bez glutenu) 100 ml (SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte ( ) 200 g (GLU, PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) ( ) 200 g (GLU, PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) ( ) 200 g (GLU, PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD							Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE)				Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE)
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasztet z soczewicy ( ) 70 g (GLU, PSZ, JAJ.) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Płynna odżywcza - ziemniaczana ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ, SEL.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasztet z soczewicy ( ) 70 g (GLU, PSZ, JAJ.) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Pomidor 80 g 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) Ser topiony 50 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU, ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU, ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE) Wafle ryżowe 20 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU, ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)
	Wartość energetyczna: 2630,62 kcal; Białko ogółem: 109,62 g; Tłuszcz: 92,37 g; Kw. tł. nasy.: 40,04 g; Węglowodany ogółem: 355,22 g; W tym cukry: 79,19 g; Błonnik pok.: 32,76 g; Sól: 8,09 g;	Wartość energetyczna: 2418,64 kcal; Białko ogółem: 111,82 g; Tłuszcz: 77,64 g; Kw. tł. nasy.: 38,27 g; Węglowodany ogółem: 328,25 g; W tym cukry: 80,66 g; Błonnik pok.: 23,09 g; Sól: 7,75 g;	Wartość energetyczna: 2506,39 kcal; Białko ogółem: 112,71 g; Tłuszcz: 77,76 g; Kw. tł. nasy.: 38,72 g; Węglowodany ogółem: 347,39 g; W tym cukry: 75,25 g; Błonnik pok.: 26,02 g; Sól: 7,71 g;	Wartość energetyczna: 2670,69 kcal; Białko ogółem: 119,10 g; Tłuszcz: 77,13 g; Kw. tł. nasy.: 38,18 g; Węglowodany ogółem: 386,46 g; W tym cukry: 79,45 g; Błonnik pok.: 29,62 g; Sól: 7,20 g;	Wartość energetyczna: 2447,98 kcal; Białko ogółem: 123,40 g; Tłuszcz: 122,04 g; Kw. tł. nasy.: 31,94 g; Węglowodany ogółem: 223,32 g; W tym cukry: 100,45 g; Błonnik pok.: 19,36 g; Sól: 4,99 g;	Wartość energetyczna: 2445,39 kcal; Białko ogółem: 106,89 g; Tłuszcz: 86,89 g; Kw. tł. nasy.: 39,00 g; Węglowodany ogółem: 325,24 g; W tym cukry: 78,67 g; Błonnik pok.: 33,84 g; Sól: 7,70 g;	Wartość energetyczna: 2422,40 kcal; Białko ogółem: 105,56 g; Tłuszcz: 74,16 g; Kw. tł. nasy.: 37,94 g; Węglowodany ogółem: 341,51 g; W tym cukry: 73,80 g; Błonnik pok.: 25,53 g; Sól: 8,33 g;	Wartość energetyczna: 2611,02 kcal; Białko ogółem: 82,98 g; Tłuszcz: 99,68 g; Kw. tł. nasy.: 45,60 g; Węglowodany ogółem: 360,23 g; W tym cukry: 84,08 g; Błonnik pok.: 33,51 g; Sól: 7,95 g;	Wartość energetyczna: 1972,54 kcal; Białko ogółem: 74,70 g; Tłuszcz: 75,88 g; Kw. tł. nasy.: 31,56 g; W tym cukry: 52,65 g; Błonnik pok.: 18,60 g; Sól: 3,95 g;	Wartość energetyczna: 2565,89 kcal; Białko ogółem: 105,31 g; Tłuszcz: 88,76 g; Kw. tł. nasy.: 46,79 g; Węglowodany ogółem: 344,99 g; W tym cukry: 75,75 g; Błonnik pok.: 26,02 g; Sól: 8,72 g;	Wartość energetyczna: 2765,93 kcal; Białko ogółem: 112,39 g; Tłuszcz: 92,94 g; Kw. tł. nasy.: 50,23 g; Węglowodany ogółem: 379,79 g; W tym cukry: 90,94 g; Błonnik pok.: 28,47 g; Sól: 10,20 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Latwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Latwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Latwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.latwo przys.węgl/Latwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
2024-08-11 niedziela	Śniadanie	Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 70 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Pastaz twarogu z dżemem brzoskwinowym 100 g ( <b>MLE.</b> ) Jabiko 150 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Pastaz twarogu z dżemem brzoskwinowym 100 g ( <b>MLE.</b> ) Jabiko pieczone 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <b>MLE.</b> ) Bulka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Pastaz twarogu z dżemem brzoskwinowym 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Jabiko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE.</b> ) Jabiko pieczone 150 g	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE.</b> ) Jabiko pieczone 150 g	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Pastaz twarogu z dżemem brzoskwinowym 100 g ( <b>MLE.</b> ) Jabiko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Pastaz twarogu z dżemem brzoskwinowym 100 g ( <b>MLE.</b> ) Jabiko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Jabiko pieczone 150 g	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Jabiko pieczone 150 g
							Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
2024-08-11 niedziela	Obiad	Rosół z makaronem ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinaż gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinaż gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Budyń z udzka kurczaka 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sosz koperkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Szpinaż gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - rosół z makaronem ( ) RYD 700 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinaż gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinaż gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Kotlet z jaj 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem (bez glutenu) ( ) 400 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinaż gotowany z olejem (bez glutenu)* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinaż gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
							Kefir 2 % tł 200g 1 szt ( <b>MLE.</b> )					Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )
2024-08-11 niedziela	Kolacja	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Jarzynowa z ryżem (dieta) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem ( ) RYD 700 g ( <b>JAJ, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Hummus 100 g ( <b>SEZ.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Hummus 100 g ( <b>SEZ.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	
2024-08-11 niedziela	PN	Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszaný 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <b>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</b> ) Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszaný 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <b>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</b> ) Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )			
		Wartość energetyczna: 2433.31 kcal; Białko ogółem: 120.69 g; Tłuszcz: 106.17 g; Kw. tł. nasy.: 47.81 g; Węglowodany ogółem: 258.46 g; W tym cukry: 54.97 g; Błonnik pok.: 23.45 g; Sól: 7.88 g;	Wartość energetyczna: 2343.27 kcal; Białko ogółem: 115.17 g; Tłuszcz: 88.87 g; Kw. tł. nasy.: 39.00 g; Węglowodany ogółem: 276.82 g; W tym cukry: 63.97 g; Błonnik pok.: 19.67 g; Sól: 6.87 g;	Wartość energetyczna: 2293.37 kcal; Białko ogółem: 108.77 g; Tłuszcz: 85.24 g; Kw. tł. nasy.: 37.89 g; Węglowodany ogółem: 279.00 g; W tym cukry: 66.10 g; Błonnik pok.: 19.98 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2490.32 kcal; Białko ogółem: 103.84 g; Tłuszcz: 70.64 g; Kw. tł. nasy.: 35.20 g; Węglowodany ogółem: 367.70 g; W tym cukry: 87.64 g; Błonnik pok.: 23.38 g; Sól: 8.11 g;	Wartość energetyczna: 2471.94 kcal; Białko ogółem: 123.45 g; Tłuszcz: 114.29 g; Kw. tł. nasy.: 27.33 g; Węglowodany ogółem: 241.63 g; W tym cukry: 88.93 g; Błonnik pok.: 16.77 g; Sól: 3.81 g;	Wartość energetyczna: 2410.28 kcal; Białko ogółem: 133.00 g; Tłuszcz: 106.86 g; Kw. tł. nasy.: 50.87 g; Węglowodany ogółem: 240.44 g; W tym cukry: 43.95 g; Błonnik pok.: 27.94 g; Sól: 8.37 g;	Wartość energetyczna: 2395.63 kcal; Białko ogółem: 123.72 g; Tłuszcz: 91.06 g; Kw. tł. nasy.: 42.30 g; Węglowodany ogółem: 276.18 g; W tym cukry: 57.15 g; Błonnik pok.: 22.37 g; Sól: 9.22 g;	Wartość energetyczna: 2429.72 kcal; Białko ogółem: 71.18 g; Tłuszcz: 101.76 g; Kw. tł. nasy.: 34.99 g; Węglowodany ogółem: 310.46 g; W tym cukry: 67.53 g; Błonnik pok.: 23.20 g; Sól: 6.76 g;	Wartość energetyczna: 2191.47 kcal; Białko ogółem: 118.95 g; Tłuszcz: 90.41 g; Kw. tł. nasy.: 36.01 g; Węglowodany ogółem: 252.31 g; W tym cukry: 55.27 g; Błonnik pok.: 14.51 g; Sól: 3.94 g;	Wartość energetyczna: 2425.71 kcal; Białko ogółem: 118.95 g; Tłuszcz: 101.15 g; Kw. tł. nasy.: 47.31 g; Węglowodany ogółem: 267.72 g; W tym cukry: 64.05 g; Błonnik pok.: 20.45 g; Sól: 8.82 g;	Wartość energetyczna: 2565.18 kcal; Białko ogółem: 135.74 g; Tłuszcz: 106.78 g; Kw. tł. nasy.: 48.39 g; Węglowodany ogółem: 274.15 g; W tym cukry: 45.91 g; Błonnik pok.: 22.84 g; Sól: 10.12 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwostrawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW, PSZ</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> ) Szynka soltyśa wierzprowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW, PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynka soltyśa wierzprowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW, PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynka soltyśa wierzprowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW, PSZ</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynka soltyśa wierzprowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <u>MLE, GLU OW, PSZ</u> ) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynka soltyśa wierzprowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynka soltyśa wierzprowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW, PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Sern topiony 50 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW, PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Sern topiony 50 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW, PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Sern topiony 50 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Sok marchwiowy 200 ml	
II SN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml											
Obiad	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR</u> ) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzynna z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - solferino () RYD 700 g ( <u>JAJ, SEL, PSZ, MLE, SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR</u> ) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzynna z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Wielowarzynna z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml ( <u>MLE, SEL, PSZ, MLE, SEL</u> ) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Jogurt naturalny 100g 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR</u> ) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR</u> ) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml ( <u>MLE</u> )											
Kolacja	Mix салат 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> ) Pasta z twarogu i rzodkiewki 100 g ( <u>MLE</u> ) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Mix салат 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> ) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ) 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> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g(tubka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Gryskowa () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Mix салат 20 g Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu i rzodkiewki 100 g ( <u>MLE</u> ) Ogórek świeży 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. naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g(tubka) 1 szt	Mix салат 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> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Mix салат 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w oslonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g(tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w oslonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g(tubka) 1 szt	
PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> )			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</u> ) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</u> ) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> )	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> ) Wafle ryżowe 20 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</u> ) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> )
	Wartość energetyczna: 2462,62 kcal; Białko ogółem: 90,97 g; Tłuszcz: 81,52 g; Kw. tł. nasy.: 42,24 g; Węglowodany ogółem: 349,98 g; W tym cukry: 75,36 g; Błonnik pok.: 28,07 g; Sól: 6,34 g;	Wartość energetyczna: 2358,50 kcal; Białko ogółem: 88,76 g; Tłuszcz: 72,44 g; Kw. tł. nasy.: 40,46 g; Węglowodany ogółem: 346,21 g; W tym cukry: 72,35 g; Błonnik pok.: 19,24 g; Sól: 5,91 g;	Wartość energetyczna: 2401,28 kcal; Białko ogółem: 84,86 g; Tłuszcz: 70,71 g; Kw. tł. nasy.: 37,81 g; Węglowodany ogółem: 363,45 g; W tym cukry: 88,67 g; Błonnik pok.: 18,77 g; Sól: 6,02 g;	Wartość energetyczna: 2453,47 kcal; Białko ogółem: 89,42 g; Tłuszcz: 69,09 g; Kw. tł. nasy.: 37,23 g; Węglowodany ogółem: 376,95 g; W tym cukry: 91,74 g; Błonnik pok.: 19,58 g; Sól: 5,67 g;	Wartość energetyczna: 2463,35 kcal; Białko ogółem: 126,38 g; Tłuszcz: 124,49 g; Kw. tł. nasy.: 32,23 g; Węglowodany ogółem: 218,06 g; W tym cukry: 101,67 g; Błonnik pok.: 18,09 g; Sól: 4,09 g;	Wartość energetyczna: 2372,93 kcal; Białko ogółem: 91,63 g; Tłuszcz: 79,79 g; Kw. tł. nasy.: 42,87 g; Węglowodany ogółem: 334,28 g; W tym cukry: 72,53 g; Błonnik pok.: 33,30 g; Sól: 7,15 g;	Wartość energetyczna: 2417,48 kcal; Białko ogółem: 81,91 g; Tłuszcz: 68,68 g; Kw. tł. nasy.: 38,52 g; Węglowodany ogółem: 375,75 g; W tym cukry: 85,26 g; Błonnik pok.: 20,10 g; Sól: 7,95 g;	Wartość energetyczna: 2402,70 kcal; Białko ogółem: 82,08 g; Tłuszcz: 81,23 g; Kw. tł. nasy.: 44,85 g; Węglowodany ogółem: 343,87 g; W tym cukry: 68,78 g; Błonnik pok.: 18,74 g; Sól: 5,60 g;	Wartość energetyczna: 1910,23 kcal; Białko ogółem: 52,18 g; Tłuszcz: 65,05 g; Kw. tł. nasy.: 32,71 g; Węglowodany ogółem: 281,42 g; W tym cukry: 47,41 g; Błonnik pok.: 12,49 g; Sól: 2,95 g;	Wartość energetyczna: 2521,10 kcal; Białko ogółem: 74,62 g; Tłuszcz: 86,09 g; Kw. tł. nasy.: 46,14 g; Węglowodany ogółem: 371,07 g; W tym cukry: 91,78 g; Błonnik pok.: 21,98 g; Sól: 7,01 g;	Wartość energetyczna: 2809,57 kcal; Białko ogółem: 86,59 g; Tłuszcz: 92,95 g; Kw. tł. nasy.: 51,21 g; Węglowodany ogółem: 417,46 g; W tym cukry: 101,50 g; Błonnik pok.: 25,43 g; Sól: 9,31 g;	

2024-08-12 poniedziałek

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwostrawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
Śniadanie	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Sok pomidorowy 200 ml	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (GLU PSZ, MLE,) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok pomidorowy 200 ml	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Roszponka 10 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Sok pomidorowy 200 ml	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Sok pomidorowy 200 ml	
Tł.SN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml										Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	
Obiad	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200g (GLU JECZ,) Zrazik wołowy mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Surówka z kalarepy i jabłka () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ,) Zrazik wołowy mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos ziołowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - wielowarzynna z ziemniakami () RYD 700 g (JAJ, SEL,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200g (GLU JECZ,) Zrazik wołowy mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos ziołowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Marchew gotowana z olejem () 200 g Surówka z kalarepy i jabłka () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200g (GLU JECZ,) Zrazik wołowy mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos ziołowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200g (GLU JECZ,) Zrazik wołowy mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos ziołowy (bez glutenu) () 100 ml (SEL,) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino (bez glutenu) () 200 ml (MLE, SEL,) Kasza jagłana na sypko 200 g (GLU JECZ,) Zrazik wołowy mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos ziołowy (bez glutenu) () 100 ml (SEL,) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ,) Zrazik wołowy mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos ziołowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ,) Zrazik wołowy mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos ziołowy (bez glutenu) () 100 ml (SEL,) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)										Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)	
Kolacja	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szprot w sosie pomidorowym 50 g (RYB, SEL,) Twaróg półtusty 50 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (JAJ, SEL,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Salata zielona 20 g Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szprot w sosie pomidorowym 50 g (RYB, SEL,) Twaróg półtusty 50 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Szyunka piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Salata zielona 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	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 Mus z jabłek () b/c 100 g	
PN	Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt										Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2745.71 kcal; Białko ogółem: 116.51 g; Tłuszcz: 95.05 g; Kw. tł. nasy.: 38.35 g; Węglowodany ogółem: 370.79 g; W tym cukry: 62.35 g; Błonnik pok.: 35.86 g; Sól: 6.40 g;	Wartość energetyczna: 2375.35 kcal; Białko ogółem: 98.35 g; Tłuszcz: 69.69 g; Kw. tł. nasy.: 34.15 g; Węglowodany ogółem: 351.97 g; W tym cukry: 69.68 g; Błonnik pok.: 32.58 g; Sól: 8.47 g;	Wartość energetyczna: 2440.36 kcal; Białko ogółem: 98.34 g; Tłuszcz: 70.21 g; Kw. tł. nasy.: 34.70 g; Węglowodany ogółem: 367.86 g; W tym cukry: 69.34 g; Błonnik pok.: 34.85 g; Sól: 9.41 g;	Wartość energetyczna: 2669.14 kcal; Białko ogółem: 106.65 g; Tłuszcz: 69.90 g; Kw. tł. nasy.: 34.25 g; Węglowodany ogółem: 419.95 g; W tym cukry: 73.53 g; Błonnik pok.: 38.44 g; Sól: 9.17 g;	Wartość energetyczna: 2313.35 kcal; Białko ogółem: 109.79 g; Tłuszcz: 82.35 g; Kw. tł. nasy.: 27.23 g; Węglowodany ogółem: 208.70 g; W tym cukry: 91.86 g; Błonnik pok.: 19.70 g; Sól: 3.88 g;	Wartość energetyczna: 2494.03 kcal; Białko ogółem: 109.79 g; Tłuszcz: 69.07 g; Kw. tł. nasy.: 37.89 g; Węglowodany ogółem: 345.40 g; W tym cukry: 65.85 g; Błonnik pok.: 39.26 g; Sól: 7.55 g;	Wartość energetyczna: 2479.46 kcal; Białko ogółem: 96.33 g; Tłuszcz: 92.05 g; Kw. tł. nasy.: 35.12 g; Węglowodany ogółem: 383.09 g; W tym cukry: 66.47 g; Błonnik pok.: 37.45 g; Sól: 11.40 g;	Wartość energetyczna: 2599.20 kcal; Białko ogółem: 85.93 g; Tłuszcz: 92.05 g; Kw. tł. nasy.: 34.95 g; Węglowodany ogółem: 370.63 g; W tym cukry: 67.73 g; Błonnik pok.: 34.94 g; Sól: 5.15 g;	Wartość energetyczna: 1828.72 kcal; Białko ogółem: 63.94 g; Tłuszcz: 62.80 g; Kw. tł. nasy.: 26.57 g; Węglowodany ogółem: 258.62 g; W tym cukry: 41.32 g; Błonnik pok.: 21.84 g; Sól: 4.24 g;	Wartość energetyczna: 2572.95 kcal; Białko ogółem: 102.26 g; Tłuszcz: 77.75 g; Kw. tł. nasy.: 35.90 g; Węglowodany ogółem: 382.79 g; W tym cukry: 66.35 g; Błonnik pok.: 40.12 g; Sól: 8.00 g;	Wartość energetyczna: 2939.22 kcal; Białko ogółem: 123.99 g; Tłuszcz: 86.06 g; Kw. tł. nasy.: 38.61 g; Węglowodany ogółem: 435.40 g; W tym cukry: 73.68 g; Błonnik pok.: 43.52 g; Sól: 10.16 g;	



Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (MLE) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (MLE) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g
Tł. ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml										
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Łazanki z kapuszą i mięs wp z łopatką 350 g (GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ) Sos mięsno warzywny ( ) (z mięsa wieprzowego) 150g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Płynna odżywcza - barszcz czerwony z ziemni ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Sos mięsno warzywny ( ) (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzynna z olejem b/c ( ) 100 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ) Sos mięsno warzywny ( ) (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron ze szpinakiem i twarogiem* 350 g (GLU PSZ, MLE) Surówka wielowarzynna z olejem ( ) 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ) Makaron bezglutenowy 200 g (GLU PSZ, SEL.) Sos mięsno warzywny ( ) (z mięsa wieprzowego) (bez glutenu) 150 g (SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ) Makaron bezglutenowy 150 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ) Makaron bezglutenowy 150 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ) Makaron bezglutenowy 150 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD	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) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Jarzynowa z makaronem dieta ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem ( ) RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	
	Wartość energetyczna: 2676,27 kcal; Białko ogółem: 100,65 g; Tłuszcz: 94,48 g; Kw. tł. nasy.: 46,23 g; Węglowodany ogółem: 370,22 g; W tym cukry: 104,24 g; Błonnik pok.: 30,24 g; Sól: 7,66 g;	Wartość energetyczna: 2592,67 kcal; Białko ogółem: 98,55 g; Tłuszcz: 85,63 g; Kw. tł. nasy.: 42,69 g; Węglowodany ogółem: 368,94 g; W tym cukry: 99,08 g; Błonnik pok.: 25,93 g; Sól: 6,75 g;	Wartość energetyczna: 2607,85 kcal; Białko ogółem: 99,00 g; Tłuszcz: 85,81 g; Kw. tł. nasy.: 42,74 g; Węglowodany ogółem: 372,19 g; W tym cukry: 101,58 g; Błonnik pok.: 26,71 g; Sól: 7,70 g;	Wartość energetyczna: 2717,25 kcal; Białko ogółem: 105,94 g; Tłuszcz: 85,64 g; Kw. tł. nasy.: 42,33 g; Węglowodany ogółem: 394,13 g; W tym cukry: 105,85 g; Błonnik pok.: 27,93 g; Sól: 7,43 g;	Wartość energetyczna: 2455,87 kcal; Białko ogółem: 124,44 g; Tłuszcz: 120,87 g; Kw. tł. nasy.: 31,66 g; Węglowodany ogółem: 225,18 g; W tym cukry: 102,31 g; Błonnik pok.: 15,93 g; Sól: 4,12 g;	Wartość energetyczna: 2542,98 kcal; Białko ogółem: 111,90 g; Tłuszcz: 86,25 g; Kw. tł. nasy.: 40,05 g; Węglowodany ogółem: 343,16 g; W tym cukry: 88,38 g; Błonnik pok.: 38,35 g; Sól: 7,96 g;	Wartość energetyczna: 2650,50 kcal; Białko ogółem: 105,06 g; Tłuszcz: 82,49 g; Kw. tł. nasy.: 39,81 g; Węglowodany ogółem: 385,09 g; W tym cukry: 88,38 g; Błonnik pok.: 29,36 g; Sól: 9,63 g;	Wartość energetyczna: 2767,74 kcal; Białko ogółem: 96,07 g; Tłuszcz: 99,19 g; Kw. tł. nasy.: 51,31 g; Węglowodany ogółem: 386,49 g; W tym cukry: 108,93 g; Błonnik pok.: 27,07 g; Sól: 6,81 g;	Wartość energetyczna: 2133,04 kcal; Białko ogółem: 61,16 g; Tłuszcz: 80,16 g; Kw. tł. nasy.: 35,67 g; Węglowodany ogółem: 329,08 g; W tym cukry: 73,72 g; Błonnik pok.: 20,40 g; Sól: 3,07 g;	Wartość energetyczna: 2804,85 kcal; Białko ogółem: 103,00 g; Tłuszcz: 110,81 g; Kw. tł. nasy.: 47,74 g; Węglowodany ogółem: 361,19 g; W tym cukry: 87,58 g; Błonnik pok.: 26,71 g; Sól: 8,97 g;	Wartość energetyczna: 3187,50 kcal; Białko ogółem: 116,40 g; Tłuszcz: 117,89 g; Kw. tł. nasy.: 52,83 g; Węglowodany ogółem: 428,73 g; W tym cukry: 104,78 g; Błonnik pok.: 30,16 g; Sól: 11,32 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb Graham 70 g (GLU PSZ), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona ,parzona 50 g, Sałata 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.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona ,parzona 50 g, Sałata 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.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona ,parzona 50 g, Sałata lodowa 20 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona ,parzona 50 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE), Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona ,parzona 50 g, Sałata lodowa 20 g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona ,parzona 50 g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Ser topiony 50 g (MLE), Sałata lodowa 20 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g, Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona ,parzona 50 g, Sałata lodowa 20 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona ,parzona 50 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona ,parzona 50 g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Sok marchwiowy 200 ml
Tł.SN	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE)									Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)	
Obiad	Selerowa z ryżem ( ) 400 g (MLE, SEL), Ziemiaki młode gotowane ( ) 200 g, udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g, Sos bazylkowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL), Sałatka szwedzka ( ) 200 g (GOR), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ryżem ( ) 400 g (MLE, SEL), Ziemiaki młode gotowane ( ) 200 g, udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g, Sos bazylkowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ryżem ( ) 400 g (MLE, SEL), Ziemiaki młode gotowane ( ) 200 g, Klopsik drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ), Sos bazylkowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL), Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL), Ziemiaki młode gotowane ( ) 200 g, Klopsik drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ), Sos bazylkowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL), Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - grysikowa RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ryżem ( ) 400 g (MLE, SEL), Ziemiaki młode gotowane ( ) 200 g, udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g, Sos bazylkowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL), Sałatka szwedzka ( ) 100 g (GOR), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ryżem ( ) 400 g (MLE, SEL), Ziemiaki młode gotowane ( ) 200 g, Klopsik drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ), Sos bazylkowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL), Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ryżem ( ) 400 g (MLE, SEL), Curry dyniowo-ziemniaczane z ciecierzycą 350 g, Sałatka szwedzka ( ) 200 g (GOR), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ryżem ( ) 400 g (MLE, SEL), Ziemiaki młode gotowane ( ) 200 g, udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g, Sos bazylkowy (bez glutenu) ( ) 100 ml (SEL), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ryżem ( ) 400 g (MLE, SEL), Ziemiaki młode gotowane ( ) 200 g, udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g, Sos bazylkowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD	Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE)									Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE)	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Pasztet z ciecierzycy ( ) 70 g (GLU PSZ, JAJ, MLE), Pomidor 80 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Twarożek 100 g (MLE), Pomidor 80 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Twarożek 100 g (MLE), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Twarożek 100 g (MLE), Ryżowa ( ) 400 ml (MLE, SEL), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Płynna odżywcza - ryżowa ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Pasztet z ciecierzycy ( ) 70 g (GLU PSZ, JAJ, MLE), Pomidor 80 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml, Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Twarożek 100 g (MLE), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml, Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Pasztet z ciecierzycy ( ) 70 g (GLU PSZ, JAJ, MLE), Pomidor 80 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g, Masło 83% tł. 20 g (MLE), Twarożek 100 g (MLE), Pomidor 80 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Ser żółty 50 g (MLE), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml, Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Twarożek 100 g (MLE), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml, Mus z jabłek ( ) b/c 100 g
PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE.</u> )				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE), Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.), Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE.</u> )		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.), Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2465.46 kcal; Białko ogółem: 105.84 g; Tłuszcz: 86.51 g; Kw. tł. nasy.: 38.91 g; Węglowodany ogółem: 322.95 g; W tym cukry: 76.02 g; Błonnik pok.: 31.38 g; Sól: 9.30 g;	Wartość energetyczna: 2340.40 kcal; Białko ogółem: 113.20 g; Tłuszcz: 80.00 g; Kw. tł. nasy.: 39.93 g; Węglowodany ogółem: 294.95 g; W tym cukry: 71.03 g; Błonnik pok.: 19.44 g; Sól: 6.39 g;	Wartość energetyczna: 2434.28 kcal; Białko ogółem: 98.82 g; Tłuszcz: 76.53 g; Kw. tł. nasy.: 37.02 g; Węglowodany ogółem: 340.89 g; W tym cukry: 84.83 g; Błonnik pok.: 26.69 g; Sól: 6.49 g;	Wartość energetyczna: 2555.83 kcal; Białko ogółem: 104.17 g; Tłuszcz: 74.97 g; Kw. tł. nasy.: 36.46 g; Węglowodany ogółem: 368.57 g; W tym cukry: 86.04 g; Błonnik pok.: 24.01 g; Sól: 6.42 g;	Wartość energetyczna: 2448.61 kcal; Białko ogółem: 121.64 g; Tłuszcz: 114.10 g; Kw. tł. nasy.: 27.26 g; Węglowodany ogółem: 238.52 g; W tym cukry: 90.26 g; Błonnik pok.: 17.78 g; Sól: 3.87 g;	Wartość energetyczna: 2396.43 kcal; Białko ogółem: 119.74 g; Tłuszcz: 91.48 g; Kw. tł. nasy.: 42.44 g; Węglowodany ogółem: 281.89 g; W tym cukry: 43.57 g; Błonnik pok.: 38.61 g; Sól: 8.99 g;	Wartość energetyczna: 2458.05 kcal; Białko ogółem: 107.40 g; Tłuszcz: 80.70 g; Kw. tł. nasy.: 40.47 g; Węglowodany ogółem: 329.68 g; W tym cukry: 55.14 g; Błonnik pok.: 31.67 g; Sól: 8.60 g;	Wartość energetyczna: 2281.73 kcal; Białko ogółem: 72.44 g; Tłuszcz: 78.65 g; Kw. tł. nasy.: 40.33 g; Węglowodany ogółem: 228.60 g; W tym cukry: 84.24 g; Błonnik pok.: 37.06 g; Sól: 8.54 g;	Wartość energetyczna: 1911.83 kcal; Białko ogółem: 79.88 g; Tłuszcz: 74.67 g; Kw. tł. nasy.: 47.69 g; Węglowodany ogółem: 311.51 g; W tym cukry: 46.12 g; Błonnik pok.: 13.37 g; Sól: 3.08 g;	Wartość energetyczna: 2488.25 kcal; Białko ogółem: 109.58 g; Tłuszcz: 90.77 g; Kw. tł. nasy.: 47.69 g; Węglowodany ogółem: 311.51 g; W tym cukry: 72.18 g; Błonnik pok.: 21.16 g; Sól: 7.58 g;	Wartość energetyczna: 2826.47 kcal; Białko ogółem: 140.49 g; Tłuszcz: 103.16 g; Kw. tł. nasy.: 52.79 g; Węglowodany ogółem: 339.03 g; W tym cukry: 50.65 g; Błonnik pok.: 26.91 g; Sól: 9.92 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Miód (25g) 2 szt Nektarynka 120 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE)	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE)	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Kakao z mlekiem 250 ml (MLE)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Pomidor 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb bezglutenowy 100 g (MLE) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb bezglutenowy 100 g (MLE) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb bezglutenowy 100 g (MLE) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb bezglutenowy 100 g (MLE) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb bezglutenowy 100 g (MLE) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
Tł.SN						Nektarynka 120 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml				Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
Obiad	Kalaforowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL, SEL.) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Surówka z kapusty młodej z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa ( ) 400 ml (MLE, SEL, SEL.) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku ( ) 200 g (GLU PSZ, SEL, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa ( ) 400 ml (MLE, SEL, SEL.) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL, SEL.) Warzywa po grecku ( ) 200 g (GLU PSZ, SEL, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ryżowa ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalaforowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL, SEL.) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Surówka z kapusty młodej z olejem ( ) 100 g Warzywa po grecku ( ) 100 g (GLU PSZ, SEL, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa ( ) 400 ml (MLE, SEL, SEL.) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku ( ) 200 g (GLU PSZ, SEL, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalaforowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL, SEL.) Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 350 g (GLU PSZ, SEL, SEL.) Surówka z kapusty młodej z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa ( ) 400 ml (MLE, SEL, SEL.) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku ( ) 200 g (GLU PSZ, SEL, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalaforowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL, SEL.) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku ( ) 200 g (GLU PSZ, SEL, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalaforowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL, SEL.) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku ( ) 200 g (GLU PSZ, SEL, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalaforowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL, SEL.) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku ( ) 200 g (GLU PSZ, SEL, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD						Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (GLU PSZ, MLE.)					Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (GLU PSZ, MLE.)
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jarzynowa z makaronem dieta ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem ( ) RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g (MLE) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
PN		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, MLE.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)
	Wartość energetyczna: 2650.33 kcal; Białko ogółem: 99.83 g; Tłuszcz: 96.07 g; Kw. tł. nasy.: 39.64 g; Węglowodany ogółem: 355.86 g; W tym cukry: 83.50 g; Błonnik pok.: 23.52 g; Sól: 5.54 g;	Wartość energetyczna: 2491.70 kcal; Białko ogółem: 97.27 g; Tłuszcz: 79.93 g; Kw. tł. nasy.: 38.52 g; Węglowodany ogółem: 355.72 g; W tym cukry: 91.16 g; Błonnik pok.: 23.95 g; Sól: 5.62 g;	Wartość energetyczna: 2487.83 kcal; Białko ogółem: 100.82 g; Tłuszcz: 76.51 g; Kw. tł. nasy.: 37.43 g; Węglowodany ogółem: 359.40 g; W tym cukry: 94.08 g; Błonnik pok.: 24.73 g; Sól: 7.64 g;	Wartość energetyczna: 2668.79 kcal; Białko ogółem: 104.80 g; Tłuszcz: 76.66 g; Kw. tł. nasy.: 37.38 g; Węglowodany ogółem: 402.20 g; W tym cukry: 99.58 g; Błonnik pok.: 27.37 g; Sól: 5.62 g;	Wartość energetyczna: 2563.99 kcal; Białko ogółem: 130.90 g; Tłuszcz: 123.47 g; Kw. tł. nasy.: 32.91 g; Węglowodany ogółem: 238.99 g; W tym cukry: 103.92 g; Błonnik pok.: 14.91 g; Sól: 4.15 g;	Wartość energetyczna: 2321.73 kcal; Białko ogółem: 119.83 g; Tłuszcz: 83.56 g; Kw. tł. nasy.: 39.61 g; Węglowodany ogółem: 289.81 g; W tym cukry: 71.93 g; Błonnik pok.: 33.48 g; Sól: 6.82 g;	Wartość energetyczna: 2502.22 kcal; Białko ogółem: 115.26 g; Tłuszcz: 76.69 g; Kw. tł. nasy.: 38.39 g; Węglowodany ogółem: 351.47 g; W tym cukry: 93.51 g; Błonnik pok.: 28.86 g; Sól: 10.04 g;	Wartość energetyczna: 2558.71 kcal; Białko ogółem: 81.37 g; Tłuszcz: 79.94 g; Kw. tł. nasy.: 38.18 g; Węglowodany ogółem: 389.50 g; W tym cukry: 87.89 g; Błonnik pok.: 25.35 g; Sól: 4.61 g;	Wartość energetyczna: 2002.28 kcal; Białko ogółem: 61.15 g; Tłuszcz: 71.26 g; Kw. tł. nasy.: 30.81 g; Węglowodany ogółem: 285.17 g; W tym cukry: 62.81 g; Błonnik pok.: 18.41 g; Sól: 2.63 g;	Wartość energetyczna: 2486.47 kcal; Białko ogółem: 97.81 g; Tłuszcz: 80.11 g; Kw. tł. nasy.: 38.56 g; Węglowodany ogółem: 354.01 g; W tym cukry: 94.27 g; Błonnik pok.: 25.20 g; Sól: 6.59 g;	Wartość energetyczna: 2822.06 kcal; Białko ogółem: 128.53 g; Tłuszcz: 88.00 g; Kw. tł. nasy.: 43.72 g; Węglowodany ogółem: 393.13 g; W tym cukry: 110.16 g; Błonnik pok.: 30.37 g; Sól: 9.37 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwostrawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ, SEL.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane, wędz.parz w osłonce niejadalnej) 140 g (GLU PSZ, SEL.) Ketchup 20 g (SEL.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sałata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50g (-może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50g (-może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50g (-może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50g (-może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50g (-może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50g (-może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Serek homo.o smaku naturalnym z zieleni 100 g (MLE) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50g (-może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50g (-może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sok pomidorowy 200 ml
II SN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)							Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)			
Obiad	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (GLU PSZ) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (GLU PSZ) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (GLU PSZ) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (GLU PSZ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (GLU PSZ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (GLU PSZ) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (GLU PSZ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (GLU PSZ) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (GLU PSZ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (GLU PSZ) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (SEL.) Ryz na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (JAJ.) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml (GLU PSZ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (GLU PSZ) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (GLU PSZ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD	Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE)							Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE)			
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Selerowa z makaronem () 400 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - selerowa 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) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 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) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) 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) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml
PN	Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (MLE)			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (MLE)		Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (MLE)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (MLE)	
	Wartość energetyczna: 2760.41 kcal; Białko ogółem: 109.00 g; Tłuszcz: 99.88 g; Kw. tł. nasy.: 42.58 g; Węglowodany ogółem: 365.84 g; W tym cukry: 91.62 g; Błonnik pok.: 30.59 g; Sól: 11.75 g;	Wartość energetyczna: 2501.60 kcal; Białko ogółem: 98.28 g; Tłuszcz: 77.93 g; Kw. tł. nasy.: 34.91 g; Węglowodany ogółem: 362.80 g; W tym cukry: 87.42 g; Błonnik pok.: 27.72 g; Sól: 8.53 g;	Wartość energetyczna: 2529.23 kcal; Białko ogółem: 98.99 g; Tłuszcz: 67.61 g; Kw. tł. nasy.: 33.96 g; Węglowodany ogółem: 389.71 g; W tym cukry: 114.51 g; Błonnik pok.: 26.38 g; Sól: 8.84 g;	Wartość energetyczna: 2673.24 kcal; Białko ogółem: 106.08 g; Tłuszcz: 73.83 g; Kw. tł. nasy.: 37.47 g; Węglowodany ogółem: 409.50 g; W tym cukry: 110.25 g; Błonnik pok.: 30.21 g; Sól: 8.95 g;	Wartość energetyczna: 2462.59 kcal; Białko ogółem: 125.67 g; Tłuszcz: 122.18 g; Kw. tł. nasy.: 32.03 g; Węglowodany ogółem: 225.04 g; W tym cukry: 103.77 g; Błonnik pok.: 20.61 g; Sól: 5.02 g;	Wartość energetyczna: 2442.92 kcal; Białko ogółem: 110.65 g; Tłuszcz: 86.78 g; Kw. tł. nasy.: 37.84 g; Węglowodany ogółem: 319.36 g; W tym cukry: 67.44 g; Błonnik pok.: 34.01 g; Sól: 9.58 g;	Wartość energetyczna: 2518.79 kcal; Białko ogółem: 106.61 g; Tłuszcz: 70.60 g; Kw. tł. nasy.: 36.70 g; Węglowodany ogółem: 373.17 g; W tym cukry: 81.20 g; Błonnik pok.: 28.87 g; Sól: 11.47 g;	Wartość energetyczna: 2548.14 kcal; Białko ogółem: 102.08 g; Tłuszcz: 80.74 g; Kw. tł. nasy.: 39.91 g; Węglowodany ogółem: 358.61 g; W tym cukry: 86.87 g; Błonnik pok.: 36.87 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2072.21 kcal; Białko ogółem: 64.78 g; Tłuszcz: 73.51 g; Kw. tł. nasy.: 27.43 g; Węglowodany ogółem: 291.93 g; W tym cukry: 60.47 g; Błonnik pok.: 16.36 g; Sól: 4.35 g;	Wartość energetyczna: 2569.43 kcal; Białko ogółem: 96.61 g; Tłuszcz: 79.59 g; Kw. tł. nasy.: 41.50 g; Węglowodany ogółem: 374.83 g; W tym cukry: 114.80 g; Błonnik pok.: 25.41 g; Sól: 8.77 g;	Wartość energetyczna: 2876.65 kcal; Białko ogółem: 126.87 g; Tłuszcz: 92.42 g; Kw. tł. nasy.: 46.67 g; Węglowodany ogółem: 394.67 g; W tym cukry: 93.27 g; Błonnik pok.: 30.99 g; Sól: 12.06 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 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	
2024-08-18 niedziela	Śniadanie	Chleb Graham 70 g (GLU PSZ, SEL.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g
		II ŚN	Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml							Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml		
2024-08-18 niedziela	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Mizéria 200 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Warzywa po grecku () b/c 200 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Mięso (schab) mielone w sosie wł 100 g (GLU PSZ, SEL.) Warzywa po grecku () b/c 200 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - pomidorowa z makaronem () RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Mizéria 100 g (MLE) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Warzywa po grecku () b/c 200 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Falafele klopski z ciecierzycy 100 g (GLU PSZ, SEL.) Mizéria 200 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaki młode gotowane () 200 g Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL.) Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
		PD	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE)							Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)		
2024-08-18 niedziela	Kolacja	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
		PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.)
	Wartość energetyczna: 2206.47 kcal; Białko ogółem: 88.94 g; Tłuszcz: 84.42 g; Kw. tł. nasy.: 41.38 g; Węglowodany ogółem: 280.92 g; W tym cukry: 59.57 g; Błonnik pok.: 20.94 g; Sól: 7.17 g;	Wartość energetyczna: 1930.48 kcal; Białko ogółem: 99.18 g; Tłuszcz: 56.09 g; Kw. tł. nasy.: 29.57 g; Węglowodany ogółem: 259.08 g; W tym cukry: 52.56 g; Błonnik pok.: 15.26 g; Sól: 6.03 g;	Wartość energetyczna: 2061.06 kcal; Białko ogółem: 97.40 g; Tłuszcz: 59.73 g; Kw. tł. nasy.: 30.12 g; Węglowodany ogółem: 293.49 g; W tym cukry: 63.46 g; Błonnik pok.: 25.93 g; Sól: 7.25 g;	Wartość energetyczna: 2549.42 kcal; Białko ogółem: 111.21 g; Tłuszcz: 75.27 g; Kw. tł. nasy.: 33.89 g; Węglowodany ogółem: 367.98 g; W tym cukry: 83.43 g; Błonnik pok.: 27.66 g; Sól: 7.34 g;	Wartość energetyczna: 2465.95 kcal; Białko ogółem: 123.46 g; Tłuszcz: 114.57 g; Kw. tł. nasy.: 27.35 g; Węglowodany ogółem: 240.94 g; W tym cukry: 91.79 g; Błonnik pok.: 18.01 g; Sól: 3.88 g;	Wartość energetyczna: 2160.50 kcal; Białko ogółem: 119.25 g; Tłuszcz: 77.18 g; Kw. tł. nasy.: 45.35 g; Węglowodany ogółem: 257.66 g; W tym cukry: 34.60 g; Błonnik pok.: 28.76 g; Sól: 8.26 g;	Wartość energetyczna: 2259.41 kcal; Białko ogółem: 112.72 g; Tłuszcz: 66.55 g; Kw. tł. nasy.: 35.21 g; Węglowodany ogółem: 313.20 g; W tym cukry: 40.33 g; Błonnik pok.: 31.68 g; Sól: 9.51 g;	Wartość energetyczna: 2108.22 kcal; Białko ogółem: 77.72 g; Tłuszcz: 81.19 g; Kw. tł. nasy.: 40.91 g; Węglowodany ogółem: 288.73 g; W tym cukry: 58.89 g; Błonnik pok.: 17.22 g; Sól: 5.67 g;	Wartość energetyczna: 1755.74 kcal; Białko ogółem: 77.72 g; Tłuszcz: 57.62 g; Kw. tł. nasy.: 26.59 g; Węglowodany ogółem: 228.73 g; W tym cukry: 43.76 g; Błonnik pok.: 10.02 g; Sól: 3.10 g;	Wartość energetyczna: 2091.93 kcal; Białko ogółem: 98.23 g; Tłuszcz: 68.96 g; Kw. tł. nasy.: 40.02 g; Węglowodany ogółem: 297.29 g; W tym cukry: 52.35 g; Błonnik pok.: 17.42 g; Sól: 7.98 g;	Wartość energetyczna: 2328.28 kcal; Białko ogółem: 113.35 g; Tłuszcz: 78.78 g; Kw. tł. nasy.: 47.13 g; Węglowodany ogółem: 297.29 g; W tym cukry: 30.42 g; Błonnik pok.: 23.17 g; Sól: 10.25 g;	

### **Oznaczenia alergenów:**

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

### **Oznaczenia wskaźników odż.:**

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

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwostrawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Vegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb Graham 70 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b> ) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</b> ) Sałata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b> ) Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</b> ) Sałata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b> ) Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</b> ) Jabłko pieczone 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU, PSZ</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b> ) Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</b> ) Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</b> )	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU, PSZ</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b> ) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</b> ) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b> ) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</b> ) Jabłko pieczone 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b> ) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</b> ) Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona z ostonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b> ) Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</b> ) Jabłko pieczone 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b> ) Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</b> ) Jabłko pieczone 150 g
II SN	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )							Serek homio naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )			
Obiad	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą ( ) 200 g ( <b>GLU, PSZ, SEL</b> ) Surówka z pora i jabłka ( ) 200 g ( <b>MLE</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g ( <b>GLU, PSZ, SOJ, SEL</b> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU, PSZ, JAJ, SEL</b> ) Sos koperkowy ( ) 100 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL</b> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - brokułowa z ryżem ( ) RYD 700 g ( <b>JAJ, SEL</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą ( ) 200 g ( <b>GLU, PSZ, SEL</b> ) Surówka z pora i jabłka ( ) 100 g ( <b>MLE</b> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU, PSZ, JAJ, SEL</b> ) Sos koperkowy ( ) 100 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL</b> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* (bez glutenu) 200 g ( <b>GLU, PSZ, SEL</b> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g ( <b>GLU, PSZ, SOJ, SEL</b> ) 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 ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtusty 50 g ( <b>MLE</b> ) Szpót w sosie pomidorowym 50 g ( <b>RYB, SEL</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	Roszonka 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtusty 50 g ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Twarózek 100 g ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU, PSZ</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Twarózek 100 g ( <b>MLE</b> ) Jarzynowa z makaronem dieta ( ) 400 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem ( ) RYD 700 g ( <b>GLU, PSZ, JAJ, SEL</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Roszonka 10 g Chleb Graham 100 g ( <b>GLU, PSZ</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtusty 50 g ( <b>MLE</b> ) Szpót w sosie pomidorowym 50 g ( <b>RYB, SEL</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 90 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Twarózek 100 g ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Roszonka 10 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	
PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <b>GLU, PSZ, MLE, GLU, ŻYT.</b> ) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <b>GLU, PSZ, MLE, GLU, ŻYT.</b> ) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <b>GLU, PSZ, MLE, GLU, ŻYT.</b> ) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )		
	Wartość energetyczna: 2282,92 kcal; Białko ogółem: 88,28 g; Tłuszcz: 71,17 g; Kw. tł. nasy.: 36,30 g; Węglowodany ogółem: 334,90 g; W tym cukry: 83,82 g; Błonnik pok.: 34,08 g; Sól: 7,68 g;	Wartość energetyczna: 2222,29 kcal; Białko ogółem: 83,22 g; Tłuszcz: 72,67 g; Kw. tł. nasy.: 34,78 g; Węglowodany ogółem: 320,52 g; W tym cukry: 90,01 g; Błonnik pok.: 31,58 g; Sól: 8,33 g;	Wartość energetyczna: 2332,14 kcal; Białko ogółem: 96,09 g; Tłuszcz: 74,27 g; Kw. tł. nasy.: 36,01 g; Węglowodany ogółem: 331,67 g; W tym cukry: 98,02 g; Błonnik pok.: 30,73 g; Sól: 8,89 g;	Wartość energetyczna: 2441,54 kcal; Białko ogółem: 103,03 g; Tłuszcz: 74,10 g; Kw. tł. nasy.: 35,60 g; Węglowodany ogółem: 353,61 g; W tym cukry: 102,29 g; Błonnik pok.: 31,95 g; Sól: 8,62 g;	Wartość energetyczna: 2520,86 kcal; Białko ogółem: 127,89 g; Tłuszcz: 117,74 g; Kw. tł. nasy.: 28,24 g; Węglowodany ogółem: 247,48 g; W tym cukry: 96,98 g; Błonnik pok.: 26,62 g; Sól: 4,94 g;	Wartość energetyczna: 2194,15 kcal; Białko ogółem: 88,54 g; Tłuszcz: 70,82 g; Kw. tł. nasy.: 35,95 g; Węglowodany ogółem: 316,52 g; W tym cukry: 75,94 g; Błonnik pok.: 39,54 g; Sól: 8,29 g;	Wartość energetyczna: 2343,75 kcal; Białko ogółem: 94,52 g; Tłuszcz: 72,53 g; Kw. tł. nasy.: 36,28 g; Węglowodany ogółem: 339,90 g; W tym cukry: 86,54 g; Błonnik pok.: 31,19 g; Sól: 10,35 g;	Wartość energetyczna: 2370,57 kcal; Białko ogółem: 90,11 g; Tłuszcz: 81,86 g; Kw. tł. nasy.: 44,90 g; Węglowodany ogółem: 330,77 g; W tym cukry: 85,43 g; Błonnik pok.: 31,74 g; Sól: 7,12 g;	Wartość energetyczna: 1746,64 kcal; Białko ogółem: 49,42 g; Tłuszcz: 65,87 g; Kw. tł. nasy.: 27,65 g; Węglowodany ogółem: 244,69 g; W tym cukry: 64,79 g; Błonnik pok.: 23,12 g; Sól: 4,09 g;	Wartość energetyczna: 2362,75 kcal; Białko ogółem: 101,93 g; Tłuszcz: 84,00 g; Kw. tł. nasy.: 42,20 g; Węglowodany ogółem: 335,23 g; W tym cukry: 100,71 g; Błonnik pok.: 33,98 g; Sól: 10,09 g;	Wartość energetyczna: 2693,25 kcal; Białko ogółem: 101,93 g; Tłuszcz: 92,28 g; Kw. tł. nasy.: 44,89 g; Węglowodany ogółem: 379,34 g; W tym cukry: 99,57 g; Błonnik pok.: 37,39 g; Sól: 12,21 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 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	
2024-08-20 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb Graham 70 g (GLU PSZ), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkami surowców wiewprzowich pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.), Ogórek świeży 80 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Sałata lodowa 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g, Sałata lodowa 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Sok pomidorowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE), Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g, Ogórek świeży 80 g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Sok pomidorowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g, Sałata lodowa 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g, Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g, Sałata lodowa 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g, Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkami surowców wiewprzowich pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.), Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Sok pomidorowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkami surowców wiewprzowich pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.), Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Sok pomidorowy 200 ml
		II ŚN					Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE)					Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE)
2024-08-20 wtorek	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SEL), Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ), Szyunka wiewprzowa pieczona 100 g, Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SEL), Makaron 200 g (GLU PSZ), Szyunka wiewprzowa gotowana 100 g, Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SEL), Makaron 200 g (GLU PSZ), Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Mięso wiewprzowe (szyunka) mielone 100 g (GLU PSZ), Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - solferino ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL, SEL), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SEL), Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ), Szyunka wiewprzowa gotowana 100 g, Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SEL), Makaron 200 g (GLU PSZ), Szyunka wiewprzowa gotowana 100 g, Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SEL), Makaron z warzywami i serem żółtym* 350 g (GLU PSZ, MLE), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino (bez glutenu) ( ) 400 ml (MLE, SEL, SEL), Makaron bezglutenowy 200 g, Szyunka wiewprzowa gotowana 100 g, Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (MLE), Dynia duszona z olejem* (bez glutenu) 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SEL), Makaron 200 g (GLU PSZ), Szyunka wiewprzowa gotowana 100 g, Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
		PD					Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (GLU PSZ, MLE)					Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (GLU PSZ, MLE)
2024-08-20 wtorek	Kolacja	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunka piastowska-wędzonka wiewprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną, 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.), Pomidor 80 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Sałata zielona 20 g	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunka piastowska-wędzonka wiewprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną, 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunka piastowska-wędzonka wiewprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną, 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Płynna odżywcza - ziemniaczana ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL, SEL), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunka piastowska-wędzonka wiewprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną, 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.), Pomidor 80 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Sałata zielona 20 g	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunka piastowska-wędzonka wiewprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną, 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ), Pomidor 80 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g, Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ), Pomidor 80 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Sałata zielona 20 g	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunka piastowska-wędzonka wiewprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną, 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyunka piastowska-wędzonka wiewprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną, 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	
		PN	Rogal maślany 50g, 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE), Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.), Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszaný 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.), Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Rogal maślany 50g, 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE), Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Rogal maślany 50g, 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE), Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszaný 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.), Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	
	Wartość energetyczna: 2692.69 kcal; Białko ogółem: 123.87 g; Tłuszcz: 90.08 g; Kw. tł. nasy.: 41.95 g; Węglowodany ogółem: 352.14 g; W tym cukry: 66.56 g; Błonnik pok.: 27.58 g; Sól: 8.02 g;	Wartość energetyczna: 2640.17 kcal; Białko ogółem: 117.67 g; Tłuszcz: 80.27 g; Kw. tł. nasy.: 39.56 g; Węglowodany ogółem: 366.29 g; W tym cukry: 72.85 g; Błonnik pok.: 21.16 g; Sól: 8.09 g;	Wartość energetyczna: 2708.45 kcal; Białko ogółem: 117.52 g; Tłuszcz: 80.46 g; Kw. tł. nasy.: 39.55 g; Węglowodany ogółem: 380.71 g; W tym cukry: 85.81 g; Błonnik pok.: 21.08 g; Sól: 9.01 g;	Wartość energetyczna: 3061.39 kcal; Białko ogółem: 127.78 g; Tłuszcz: 90.49 g; Kw. tł. nasy.: 39.88 g; Węglowodany ogółem: 438.72 g; W tym cukry: 90.02 g; Błonnik pok.: 24.85 g; Sól: 8.88 g;	Wartość energetyczna: 2479.59 kcal; Białko ogółem: 122.08 g; Tłuszcz: 122.77 g; Kw. tł. nasy.: 32.16 g; Węglowodany ogółem: 226.61 g; W tym cukry: 108.41 g; Błonnik pok.: 21.92 g; Sól: 4.40 g;	Wartość energetyczna: 2358.57 kcal; Białko ogółem: 115.93 g; Tłuszcz: 78.60 g; Kw. tł. nasy.: 41.04 g; Węglowodany ogółem: 295.58 g; W tym cukry: 61.71 g; Błonnik pok.: 32.72 g; Sól: 8.63 g;	Wartość energetyczna: 2544.76 kcal; Białko ogółem: 88.53 g; Tłuszcz: 102.16 g; Kw. tł. nasy.: 41.00 g; Węglowodany ogółem: 347.60 g; W tym cukry: 78.44 g; Błonnik pok.: 23.51 g; Sól: 10.32 g;	Wartość energetyczna: 2692.91 kcal; Białko ogółem: 88.53 g; Tłuszcz: 102.16 g; Kw. tł. nasy.: 52.27 g; Węglowodany ogółem: 364.84 g; W tym cukry: 67.52 g; Błonnik pok.: 23.99 g; Sól: 5.14 g;	Wartość energetyczna: 1967.56 kcal; Białko ogółem: 73.69 g; Tłuszcz: 71.71 g; Kw. tł. nasy.: 31.96 g; Węglowodany ogółem: 258.25 g; W tym cukry: 47.42 g; Błonnik pok.: 15.30 g; Sól: 4.57 g;	Wartość energetyczna: 2805.95 kcal; Białko ogółem: 121.47 g; Tłuszcz: 88.08 g; Kw. tł. nasy.: 41.82 g; Węglowodany ogółem: 383.56 g; W tym cukry: 86.09 g; Błonnik pok.: 21.36 g; Sól: 8.70 g;	Wartość energetyczna: 2952.00 kcal; Białko ogółem: 134.39 g; Tłuszcz: 93.51 g; Kw. tł. nasy.: 47.30 g; Węglowodany ogółem: 397.51 g; W tym cukry: 96.68 g; Błonnik pok.: 24.56 g; Sól: 10.42 g;	



Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

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

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (MLE) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (MLE) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Twarożek 100 g (MLE) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (MLE) Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Twarożek 100 g (MLE) Sok marchwiowy 200 ml	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (MLE) Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml
Tł.SN						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 kukini z kielbasa 200 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemiaczana ( ) 400 ml (GLU PSZ, 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.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) 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	Ziemiaczana ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) 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	Barszcz biały z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Ryż na sypko 200 g Leczo warzywno-ziemniaczane 200 g Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemiaczana (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		
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 soltysa wieprzowa, wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka soltysa wieprzowa, wędzona ,parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka soltysa wieprzowa, wędzona ,parzona 50 g Jarzynowa z makaronem dieta ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna 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 soltysa wieprzowa, wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka soltysa wieprzowa, wędzona ,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 (SEZ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka soltysa wieprzowa, wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka soltysa wieprzowa, wędzona ,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 soltysa wieprzowa, wędzona ,parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	
PN		Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( _może zawierać: MLE.)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE.) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( _może zawierać: MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( _może zawierać: MLE.)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( _może zawierać: MLE.)				Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( _może zawierać: MLE.)
	Wartość energetyczna: 2693.91 kcal; Białko ogółem: 90.62 g; Tłuszcz: 103.11 g; Kw. tł. nasy.: 40.79 g; Węglowodany ogółem: 359.05 g; W tym cukry: 82.09 g; Błonnik pok.: 31.50 g; Sól: 6.99 g;	Wartość energetyczna: 2384.52 kcal; Białko ogółem: 98.03 g; Tłuszcz: 66.65 g; Kw. tł. nasy.: 34.51 g; Węglowodany ogółem: 357.10 g; W tym cukry: 76.67 g; Błonnik pok.: 24.28 g; Sól: 6.40 g;	Wartość energetyczna: 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; Sól: 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; Sól: 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; Sól: 4.19 g;	Wartość energetyczna: 2170.19 kcal; Białko ogółem: 89.82 g; Tłuszcz: 71.70 g; Kw. tł. nasy.: 32.93 g; Węglowodany ogółem: 301.95 g; W tym cukry: 45.51 g; Błonnik pok.: 36.41 g; Sól: 6.18 g;	Wartość energetyczna: 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; Sól: 8.70 g;	Wartość energetyczna: 2791.21 kcal; Białko ogółem: 81.80 g; Tłuszcz: 113.41 g; Kw. tł. nasy.: 38.39 g; Węglowodany ogółem: 366.06 g; W tym cukry: 82.54 g; Błonnik pok.: 24.48 g; Sól: 6.41 g;	Wartość energetyczna: 1906.54 kcal; Białko ogółem: 62.47 g; Tłuszcz: 60.59 g; Kw. tł. nasy.: 27.35 g; Węglowodany ogółem: 281.67 g; W tym cukry: 51.65 g; Błonnik pok.: 17.95 g; Sól: 3.08 g;	Wartość energetyczna: 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: 84.17 g; Błonnik pok.: 25.90 g; Sól: 8.39 g;	Wartość energetyczna: 2539.09 kcal; Białko ogółem: 92.28 g; Tłuszcz: 77.15 g; Kw. tł. nasy.: 41.73 g; Węglowodany ogółem: 376.82 g; W tym cukry: 66.02 g; Błonnik pok.: 28.29 g; Sól: 9.65 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 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 pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Dżem brzoskwinowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sliwka 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 mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jablko 150 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Dżem brzoskwinowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jablko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Dżem brzoskwinowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jablko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jablko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jablko pieczone 150 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Dżem brzoskwinowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jablko 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 Jablko 150 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jablko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jablko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.)
Tł.SN						Sliwka 180 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)				Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)
Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - dyniowa z makaronem ( ) RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Salata z kapusty czerwonej z olejem ( ) 200 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kotlety gryczane z cebulką i twarogiem 350 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Salata z kapusty czerwonej z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Szpinak gotowany z olejem. (bez glutenu)* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Szpinak gotowany z olejem. (bez glutenu)* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Szpinak gotowany 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) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka piastowska-wędzonka wędziona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Ryżowa ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka piastowska-wędzonka wędziona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Ryżowa ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - ryżowa ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka piastowska-wędzonka wędziona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Salata zielona 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
PN		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)				Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)
	Wartość energetyczna: 2542,85 kcal; Białko ogółem: 106,18 g; Tłuszcz: 89,36 g; Kw. tł. nasy.: 38,91 g; Węglowodany ogółem: 340,15 g; W tym cukry: 85,43 g; Błonnik pok.: 26,99 g; Sól: 6,23 g;	Wartość energetyczna: 2344,84 kcal; Białko ogółem: 103,69 g; Tłuszcz: 78,92 g; Kw. tł. nasy.: 38,02 g; Węglowodany ogółem: 314,43 g; W tym cukry: 76,61 g; Błonnik pok.: 21,79 g; Sól: 6,20 g;	Wartość energetyczna: 2346,81 kcal; Białko ogółem: 107,81 g; Tłuszcz: 75,63 g; Kw. tł. nasy.: 37,11 g; Węglowodany ogółem: 318,64 g; W tym cukry: 79,65 g; Błonnik pok.: 22,95 g; Sól: 8,56 g;	Wartość energetyczna: 2505,75 kcal; Białko ogółem: 109,24 g; Tłuszcz: 75,23 g; Kw. tł. nasy.: 36,71 g; Węglowodany ogółem: 358,86 g; W tym cukry: 83,25 g; Błonnik pok.: 23,89 g; Sól: 8,46 g;	Wartość energetyczna: 2602,65 kcal; Białko ogółem: 131,00 g; Tłuszcz: 124,44 g; Kw. tł. nasy.: 32,73 g; Węglowodany ogółem: 249,78 g; W tym cukry: 108,95 g; Błonnik pok.: 23,58 g; Sól: 5,19 g;	Wartość energetyczna: 2237,20 kcal; Białko ogółem: 111,37 g; Tłuszcz: 89,58 g; Kw. tł. nasy.: 47,13 g; Węglowodany ogółem: 261,22 g; W tym cukry: 62,42 g; Błonnik pok.: 28,42 g; Sól: 6,87 g;	Wartość energetyczna: 2282,97 kcal; Białko ogółem: 114,94 g; Tłuszcz: 76,35 g; Kw. tł. nasy.: 38,06 g; Węglowodany ogółem: 292,82 g; W tym cukry: 67,80 g; Błonnik pok.: 21,91 g; Sól: 9,43 g;	Wartość energetyczna: 2675,92 kcal; Białko ogółem: 94,52 g; Tłuszcz: 97,13 g; Kw. tł. nasy.: 40,77 g; Węglowodany ogółem: 368,09 g; W tym cukry: 92,26 g; Błonnik pok.: 29,13 g; Sól: 5,42 g;	Wartość energetyczna: 1898,88 kcal; Białko ogółem: 68,24 g; Tłuszcz: 72,86 g; Kw. tł. nasy.: 30,81 g; Węglowodany ogółem: 246,03 g; W tym cukry: 49,96 g; Błonnik pok.: 13,59 g; Sól: 2,41 g;	Wartość energetyczna: 2360,02 kcal; Białko ogółem: 104,14 g; Tłuszcz: 79,10 g; Kw. tł. nasy.: 38,07 g; Węglowodany ogółem: 317,68 g; W tym cukry: 79,11 g; Błonnik pok.: 22,57 g; Sól: 7,15 g;	Wartość energetyczna: 2715,26 kcal; Białko ogółem: 133,49 g; Tłuszcz: 102,05 g; Kw. tł. nasy.: 51,37 g; Węglowodany ogółem: 327,67 g; W tym cukry: 79,31 g; Błonnik pok.: 25,00 g; Sól: 9,69 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwostrawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Vegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
2024-08-24 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane, wędz.parz w osłonce niejadalnej) 140 g (GLU PSZ) Musztarda 20 g (GOR.) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50g (-może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50g (-może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50g (-może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50g (-może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50g (-może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Tofu 50 g (SOJ.) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Piers delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wiewrzowych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wiewrzowych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt
		II SN	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE)									
2024-08-24 sobota	Obiad	Grochowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Mięso wołowe mielone 100 g (GLU PSZ, SEL.) Sos własny ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - selerowa z ziemniakami ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (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 jabłka z olejem ( ) 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kaszo tto jęczmiennie z warzywami i soczewicą vegetariańskie ( ) 350 g (SEL, GLU JECZ.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Gulasz wołowy (bez glutenu) 200 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) 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									
2024-08-24 sobota	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem ( ) 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem ( ) 100 g (SEL.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g 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) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem ( ) 100 g (SEL.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem ( ) 100 g (SEL.) Rzodkiew biała 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) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem ( ) 100 g (SEL.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem ( ) 100 g (SEL.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem ( ) 100 g (SEL.)
		PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE)
	Wartość energetyczna: 2868,35 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: 98,49 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: 85,86 g; Tłuszcz: 83,13 g; Kw. tł. nasy.: 33,09 g; Węglowodany ogółem: 374,40 g; W tym cukry: 84,63 g; Błonnik pok.: 37,92 g; Sól: 6,23 g;	Wartość energetyczna: 2193,24 kcal; Białko ogółem: 74,76 g; Tłuszcz: 80,09 g; Kw. tł. nasy.: 28,99 g; Węglowodany ogółem: 300,31 g; W tym cukry: 60,37 g; Błonnik pok.: 23,23 g; Sól: 4,19 g;	Wartość energetyczna: 2637,33 kcal; Białko ogółem: 106,90 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 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

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

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwostrawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Salata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Salata zielona 20 g	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml
Tł.SN	Kisiel o smaku malinowym b/c 200 ml										Kisiel o smaku malinowym b/c 200 ml
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek ( ) z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek ( ) z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Płynna odżywcza - barszcz czerwony z ziemniakami ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek ( ) b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek ( ) z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek ( ) z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek ( ) z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek ( ) z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek ( ) z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek ( ) b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD	Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE)										Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE)
Kolacja	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Pomidor 90 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Jarzynowa z makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem ( ) RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszaný 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Wafle ryżowe 20 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszaný 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	
	Wartość energetyczna: 2483.09 kcal; Białko ogółem: 87.52 g; Tłuszcz: 81.14 g; Kw. tł. nasy.: 47.06 g; Węglowodany ogółem: 359.22 g; W tym cukry: 74.38 g; Błonnik pok.: 25.93 g; Sól: 7.19 g;	Wartość energetyczna: 2354.42 kcal; Białko ogółem: 85.27 g; Tłuszcz: 67.20 g; Kw. tł. nasy.: 36.84 g; Węglowodany ogółem: 360.13 g; W tym cukry: 74.58 g; Błonnik pok.: 19.26 g; Sól: 6.12 g;	Wartość energetyczna: 2398.71 kcal; Białko ogółem: 85.86 g; Tłuszcz: 67.14 g; Kw. tł. nasy.: 36.82 g; Węglowodany ogółem: 369.19 g; W tym cukry: 84.07 g; Błonnik pok.: 20.29 g; Sól: 7.29 g;	Wartość energetyczna: 2443.85 kcal; Białko ogółem: 91.37 g; Tłuszcz: 66.74 g; Kw. tł. nasy.: 36.38 g; Węglowodany ogółem: 377.47 g; W tym cukry: 88.34 g; Błonnik pok.: 21.51 g; Sól: 6.12 g;	Wartość energetyczna: 2571.78 kcal; Białko ogółem: 131.17 g; Tłuszcz: 123.23 g; Kw. tł. nasy.: 32.27 g; Węglowodany ogółem: 244.35 g; W tym cukry: 110.22 g; Błonnik pok.: 21.98 g; Sól: 4.46 g;	Wartość energetyczna: 2162.95 kcal; Białko ogółem: 84.10 g; Tłuszcz: 78.85 g; Kw. tł. nasy.: 46.40 g; Węglowodany ogółem: 291.34 g; W tym cukry: 46.17 g; Błonnik pok.: 30.73 g; Sól: 7.27 g;	Wartość energetyczna: 2175.31 kcal; Białko ogółem: 79.48 g; Tłuszcz: 64.64 g; Kw. tł. nasy.: 36.23 g; Węglowodany ogółem: 326.66 g; W tym cukry: 55.38 g; Błonnik pok.: 21.91 g; Sól: 8.34 g;	Wartość energetyczna: 2467.33 kcal; Białko ogółem: 81.14 g; Tłuszcz: 83.07 g; Kw. tł. nasy.: 47.86 g; Węglowodany ogółem: 357.61 g; W tym cukry: 73.27 g; Błonnik pok.: 18.55 g; Sól: 6.07 g;	Wartość energetyczna: 1929.22 kcal; Białko ogółem: 52.20 g; Tłuszcz: 62.09 g; Kw. tł. nasy.: 29.92 g; Węglowodany ogółem: 293.97 g; W tym cukry: 49.64 g; Błonnik pok.: 13.75 g; Sól: 2.38 g;	Wartość energetyczna: 2541.10 kcal; Białko ogółem: 82.17 g; Tłuszcz: 78.01 g; Kw. tł. nasy.: 45.94 g; Węglowodany ogółem: 386.05 g; W tym cukry: 83.32 g; Błonnik pok.: 22.25 g; Sól: 8.17 g;	Wartość energetyczna: 2538.84 kcal; Białko ogółem: 88.77 g; Tłuszcz: 82.33 g; Kw. tł. nasy.: 49.35 g; Węglowodany ogółem: 370.56 g; W tym cukry: 67.49 g; Błonnik pok.: 24.64 g; Sól: 9.56 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwostrawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU, JECZ.</u> ) Chleb Graham 70 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Rzodkiew biała 80 g Salata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u> )	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU, JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u> )	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU, JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u> ) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU, JECZ.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u> ) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <u>MLE, GLU, JECZ.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u> )	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u> ) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Rzodkiew biała 80 g Salata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u> ) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU, JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Tofu 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Rzodkiew biała 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u> ) Salata lodowa 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU, JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u> ) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU, JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u> ) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
II SN	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )									Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	
Obiad	Jarzynowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Sos pietruszkowy () 100 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u> ) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 200 g ( <u>SEL.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Sos pietruszkowy () 100 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Mięso drobiowe (filet z kurczaka) mielone 100 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Sos pietruszkowy () 100 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z zacierką () RYD 700 g ( <u>GLU, PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Sos pietruszkowy () 100 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g ( <u>SEL.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Sos pietruszkowy () 100 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Sos pietruszkowy () 100 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Kotlety z buraka i kaszy jęczmiennej 300 g ( <u>GLU, PSZ, JAJ, GLU, JECZ.</u> ) Surówka wielowarzywna 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 młode gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml ( <u>MLE</u> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Sos pietruszkowy () 100 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml									Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	
Kolejacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Serek naturalny Bieluch 100 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Ryżowa () 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Serek naturalny Bieluch 100 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g ( <u>JAJ, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Serek naturalny Bieluch 100 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g
PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU, PSZ, MLE, GLU, ŻYT.</u> ) Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU, PSZ, MLE, GLU, ŻYT.</u> ) Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU, PSZ, MLE, GLU, ŻYT.</u> ) Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2200.33 kcal; Białko ogółem: 104.18 g; Tłuszcz: 69.59 g; Kw. tł. nasy.: 33.67 g; Węglowodany ogółem: 301.70 g; W tym cukry: 61.47 g; Błonnik pok.: 29.99 g; Sól: 7.83 g;	Wartość energetyczna: 2167.71 kcal; Białko ogółem: 99.58 g; Tłuszcz: 67.64 g; Kw. tł. nasy.: 33.51 g; Węglowodany ogółem: 302.22 g; W tym cukry: 66.66 g; Błonnik pok.: 29.38 g; Sól: 7.45 g;	Wartość energetyczna: 2380.49 kcal; Białko ogółem: 107.12 g; Tłuszcz: 75.69 g; Kw. tł. nasy.: 37.46 g; Węglowodany ogółem: 328.18 g; W tym cukry: 75.77 g; Błonnik pok.: 32.47 g; Sól: 7.23 g;	Wartość energetyczna: 2595.76 kcal; Białko ogółem: 114.46 g; Tłuszcz: 83.21 g; Kw. tł. nasy.: 37.56 g; Węglowodany ogółem: 358.71 g; W tym cukry: 79.37 g; Błonnik pok.: 33.30 g; Sól: 7.04 g;	Wartość energetyczna: 2513.58 kcal; Białko ogółem: 127.28 g; Tłuszcz: 118.07 g; Kw. tł. nasy.: 28.33 g; Węglowodany ogółem: 245.15 g; W tym cukry: 96.00 g; Błonnik pok.: 25.75 g; Sól: 4.97 g;	Wartość energetyczna: 2009.43 kcal; Białko ogółem: 100.55 g; Tłuszcz: 64.71 g; Kw. tł. nasy.: 32.21 g; Węglowodany ogółem: 271.36 g; W tym cukry: 53.08 g; Błonnik pok.: 34.58 g; Sól: 7.37 g;	Wartość energetyczna: 2283.57 kcal; Białko ogółem: 101.03 g; Tłuszcz: 71.29 g; Kw. tł. nasy.: 36.11 g; Węglowodany ogółem: 319.35 g; W tym cukry: 64.27 g; Błonnik pok.: 31.94 g; Sól: 7.91 g;	Wartość energetyczna: 2409.15 kcal; Białko ogółem: 78.69 g; Tłuszcz: 96.59 g; Kw. tł. nasy.: 36.97 g; Węglowodany ogółem: 318.41 g; W tym cukry: 77.97 g; Błonnik pok.: 31.86 g; Sól: 6.70 g;	Wartość energetyczna: 1711.35 kcal; Białko ogółem: 63.51 g; Tłuszcz: 61.11 g; Kw. tł. nasy.: 26.23 g; Węglowodany ogółem: 232.84 g; W tym cukry: 41.32 g; Błonnik pok.: 21.03 g; Sól: 3.64 g;	Wartość energetyczna: 2259.99 kcal; Białko ogółem: 100.47 g; Tłuszcz: 67.79 g; Kw. tł. nasy.: 33.46 g; Węglowodany ogółem: 322.48 g; W tym cukry: 75.77 g; Błonnik pok.: 32.47 g; Sól: 7.41 g;	Wartość energetyczna: 2481.96 kcal; Białko ogółem: 117.31 g; Tłuszcz: 73.42 g; Kw. tł. nasy.: 34.53 g; Węglowodany ogółem: 349.53 g; W tym cukry: 74.61 g; Błonnik pok.: 34.89 g; Sól: 8.76 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwostrawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb Graham 70 g (GLU, PSZ, SEL, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ, SEL, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - Śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU, OW.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ, SEL, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Ser topiony 50 g (MLE) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Ser topiony 50 g (MLE) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	
Tł. SN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml										Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	
Obiad	Kapuśniak z kapusty białej ( ) 400 ml (GLU, PSZ, SEL, GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JECZ.) Pieczeń rzymska wiewprzowa 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JECZ.) Pieczeń rzymska wiewprzowa 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JECZ.) Pieczeń rzymska wiewprzowa 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c ( ) 100 g Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JECZ.) Pieczeń rzymska wiewprzowa 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ryz z sypko 200 g Curry warzywne z ciecierzycą ( ) 150 g (GLU, PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ryz z sypko 200 g Pulpet wiewprzowy (bez glutenu) 100 g (JAJ.) Sos jarzynowy (bez glutenu) ( ) 100 ml (SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty białej ( ) 400 ml (GLU, PSZ, SEL, GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JECZ.) Pieczeń rzymska wiewprzowa 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE)	Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE)
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Paprykarz szczeciński 100 g (RYB, SOJ.) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Polegdownia premium- wędlna dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Polegdownia premium- wędlna dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. ( ) 100 g (SEL.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ, SEL, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Polegdownia premium- wędlna dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Jarzynowa z makaronem dieta ( ) 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. ( ) 100 g (SEL.)	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem ( ) RYD 700 g (GLU, PSZ, JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ, SEL, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Paprykarz szczeciński 100 g (RYB, SOJ.) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Polegdownia premium- wędlna dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. ( ) 100 g (SEL.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Polegdownia premium- wędlna dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Polegdownia premium- wędlna dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. ( ) 100 g (SEL.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Polegdownia premium- wędlna dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. ( ) 100 g (SEL.)	
	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU, ZYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU, ZYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU, ZYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU, ZYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	
	Wartość energetyczna: 2813.90 kcal; Białko ogółem: 105.79 g; Tłuszcz: 112.54 g; Kw. tł. nasy.: 50.30 g; Węglowodany ogółem: 361.33 g; W tym cukry: 77.58 g; Błonnik pok.: 35.03 g; Sól: 10.33 g;	Wartość energetyczna: 2547.81 kcal; Białko ogółem: 105.98 g; Tłuszcz: 86.13 g; Kw. tł. nasy.: 40.09 g; Węglowodany ogółem: 345.47 g; W tym cukry: 68.02 g; Błonnik pok.: 24.46 g; Sól: 6.98 g;	Wartość energetyczna: 2636.79 kcal; Białko ogółem: 107.28 g; Tłuszcz: 91.48 g; Kw. tł. nasy.: 40.46 g; Węglowodany ogółem: 356.69 g; W tym cukry: 74.23 g; Błonnik pok.: 29.38 g; Sól: 8.43 g;	Wartość energetyczna: 2746.19 kcal; Białko ogółem: 114.22 g; Tłuszcz: 91.31 g; Kw. tł. nasy.: 40.05 g; Węglowodany ogółem: 378.63 g; W tym cukry: 78.50 g; Błonnik pok.: 30.60 g; Sól: 8.16 g;	Wartość energetyczna: 2581.86 kcal; Białko ogółem: 132.29 g; Tłuszcz: 126.66 g; Kw. tł. nasy.: 32.86 g; Węglowodany ogółem: 239.69 g; W tym cukry: 105.92 g; Błonnik pok.: 23.35 g; Sól: 4.37 g;	Wartość energetyczna: 2592.70 kcal; Białko ogółem: 108.58 g; Tłuszcz: 90.93 g; Kw. tł. nasy.: 39.45 g; Węglowodany ogółem: 351.29 g; W tym cukry: 70.80 g; Błonnik pok.: 33.94 g; Sól: 9.03 g;	Wartość energetyczna: 2622.83 kcal; Białko ogółem: 100.87 g; Tłuszcz: 87.00 g; Kw. tł. nasy.: 39.56 g; Węglowodany ogółem: 369.55 g; W tym cukry: 74.81 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 9.59 g;	Wartość energetyczna: 2537.19 kcal; Białko ogółem: 85.08 g; Tłuszcz: 91.18 g; Kw. tł. nasy.: 44.12 g; Węglowodany ogółem: 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 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

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

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c			
Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ,) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Powidła sliwkowe 60 g Jablko 150 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Jablko 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Marmolada wieloowcowa 60 g (S02,) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Jablko 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Marmolada wieloowcowa 60 g (S02,) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Jablko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Marmolada wieloowcowa 60 g (S02,) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Jablko pieczone 150 g Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ,)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Jablko pieczone 150 g Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ,)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE,) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE,) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Jablko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Powidła sliwkowe 60 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Jablko 150 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Marmolada wieloowcowa 60 g (S02,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jablko 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Marmolada wieloowcowa 60 g (S02,) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Jablko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE,) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Jablko pieczone 150 g			
Tł.SN											Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		
Obiad	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Ziemiaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB,) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Ziemiaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB,) Surówka z kapusty młodej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Ziemiaki młode gotowane () 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Sos koperkowy * 100 ml (GLU PSZ, MLE,) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - krupnik () RYD 700 g (JAJ, SEL, GLU JECZ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Ziemiaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB,) Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ, SEL,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Ziemiaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB,) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Ziemiaki młode gotowane () 200 g Kotlec jaglany z serem top i pietruszka 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Surówka z kapusty młodej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Ziemiaki młode gotowane () 200 g Kotlec jaglany z serem top i pietruszka 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Surówka z kapusty młodej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL,) Ziemiaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB,) Warzywa po grecku (bez glutenu) () 200 g (SEL,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Ziemiaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB,) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Ziemiaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB,) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			
PD											Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Mleko UHT 200ml, 3,5%t 1 Por (MLE)		
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Salata zielona 20 g 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) Piersz delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z polaczonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Jarzynowa z makaronem (dieta) () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Piersz delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z polaczonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU 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 marchwiowy 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 marchwiowy 200 ml			
PN											Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE,) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2573.60 kcal; Białko ogółem: 94.33 g; Tłuszcz: 89.04 g; Kw. tł. nasy.: 34.49 g; Węglowodany ogółem: 359.00 g; W tym cukry: 97.83 g; Błonnik pok.: 31.03 g; Sól: 5.25 g;	Wartość energetyczna: 2371.22 kcal; Białko ogółem: 91.62 g; Tłuszcz: 72.71 g; Kw. tł. nasy.: 33.87 g; Węglowodany ogółem: 345.16 g; W tym cukry: 76.90 g; Błonnik pok.: 27.96 g; Sól: 5.42 g;	Wartość energetyczna: 2382.77 kcal; Białko ogółem: 95.91 g; Tłuszcz: 68.40 g; Kw. tł. nasy.: 32.92 g; Węglowodany ogółem: 351.71 g; W tym cukry: 84.20 g; Błonnik pok.: 28.34 g; Sól: 6.60 g;	Wartość energetyczna: 2566.63 kcal; Białko ogółem: 100.04 g; Tłuszcz: 69.10 g; Kw. tł. nasy.: 32.94 g; Węglowodany ogółem: 393.49 g; W tym cukry: 89.06 g; Błonnik pok.: 30.33 g; Sól: 6.75 g;	Wartość energetyczna: 2533.67 kcal; Białko ogółem: 129.19 g; Tłuszcz: 118.00 g; Kw. tł. nasy.: 28.24 g; Węglowodany ogółem: 247.69 g; W tym cukry: 95.93 g; Błonnik pok.: 24.26 g; Sól: 4.16 g;	Wartość energetyczna: 2091.71 kcal; Białko ogółem: 105.42 g; Tłuszcz: 72.09 g; Kw. tł. nasy.: 32.45 g; Węglowodany ogółem: 268.45 g; W tym cukry: 53.01 g; Błonnik pok.: 33.08 g; Sól: 5.92 g;	Wartość energetyczna: 2219.14 kcal; Białko ogółem: 103.37 g; Tłuszcz: 64.66 g; Kw. tł. nasy.: 31.35 g; Węglowodany ogółem: 314.80 g; W tym cukry: 73.49 g; Błonnik pok.: 30.66 g; Sól: 8.13 g;	Wartość energetyczna: 2530.31 kcal; Białko ogółem: 68.06 g; Tłuszcz: 90.43 g; Kw. tł. nasy.: 36.32 g; Węglowodany ogółem: 370.60 g; W tym cukry: 97.81 g; Błonnik pok.: 29.57 g; Sól: 5.13 g;	Wartość energetyczna: 1910.58 kcal; Białko ogółem: 57.53 g; Tłuszcz: 64.92 g; Kw. tł. nasy.: 27.07 g; Węglowodany ogółem: 276.90 g; W tym cukry: 52.41 g; Błonnik pok.: 21.38 g; Sól: 2.49 g;	Wartość energetyczna: 2402.39 kcal; Białko ogółem: 91.86 g; Tłuszcz: 72.49 g; Kw. tł. nasy.: 33.82 g; Węglowodany ogółem: 351.41 g; W tym cukry: 84.20 g; Błonnik pok.: 28.34 g; Sól: 5.64 g;	Wartość energetyczna: 2595.97 kcal; Białko ogółem: 115.71 g; Tłuszcz: 80.46 g; Kw. tł. nasy.: 39.06 g; Węglowodany ogółem: 361.66 g; W tym cukry: 93.04 g; Błonnik pok.: 31.70 g; Sól: 7.52 g;			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Latwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Latwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Latwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.latwo prys.wegl/Latwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ, SEL.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Szynka soltysa wędzona, parzona 50 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Szynka soltysa wędzona, parzona 50 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka soltysa wędzona, parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odtwycza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU OW.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka soltysa wędzona, parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Salata lodowa 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g (MLE) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka soltysa wędzona, parzona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata lodowa 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml
Tł.SN						Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko pieczone 150 g
Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 350 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (GLU PSZ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 100 g (GLU PSZ) Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odtwycza - koperkowa z ziemniakami () RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ryż na sypko 200 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (GLU PSZ) Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 350 g (GLU PSZ) Surówka z selera i jabłka z olejem () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (JAJ.) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (MLE) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ryż na sypko 200 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (GLU PSZ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (JAJ.) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (MLE) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g (GLU PSZ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ryż na sypko 200 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (GLU PSZ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ryż na sypko 200 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (GLU PSZ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE)
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wędzanych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, 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) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odtwycza - ziemniaczana () RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Salatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g Ogórek świeży 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g (MLE) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wędzanych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wędzanych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE) Wafle ryżowe 20 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE) Wafle ryżowe 20 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)
	Wartość energetyczna: 2674.45 kcal; Białko ogółem: 104.28 g; Tłuszcz: 100.30 g; Kw. tł. nasy.: 50.00 g; Węglowodany ogółem: 347.33 g; W tym cukry: 67.16 g; Błonnik pok.: 29.88 g; Sól: 7.76 g;	Wartość energetyczna: 2563.25 kcal; Białko ogółem: 103.38 g; Tłuszcz: 78.94 g; Kw. tł. nasy.: 38.61 g; Węglowodany ogółem: 371.01 g; W tym cukry: 79.06 g; Błonnik pok.: 23.54 g; Sól: 7.52 g;	Wartość energetyczna: 2609.13 kcal; Białko ogółem: 104.02 g; Tłuszcz: 78.89 g; Kw. tł. nasy.: 38.60 g; Węglowodany ogółem: 380.43 g; W tym cukry: 88.82 g; Błonnik pok.: 24.66 g; Sól: 8.69 g;	Wartość energetyczna: 2762.31 kcal; Białko ogółem: 110.69 g; Tłuszcz: 78.12 g; Kw. tł. nasy.: 38.05 g; Węglowodany ogółem: 416.62 g; W tym cukry: 92.73 g; Błonnik pok.: 27.59 g; Sól: 8.44 g;	Wartość energetyczna: 2475.68 kcal; Białko ogółem: 127.87 g; Tłuszcz: 125.53 g; Kw. tł. nasy.: 32.65 g; Węglowodany ogółem: 220.42 g; W tym cukry: 106.01 g; Błonnik pok.: 23.81 g; Sól: 4.39 g;	Wartość energetyczna: 2505.48 kcal; Białko ogółem: 104.47 g; Tłuszcz: 90.52 g; Kw. tł. nasy.: 46.81 g; Węglowodany ogółem: 337.53 g; W tym cukry: 71.19 g; Błonnik pok.: 35.36 g; Sól: 7.67 g;	Wartość energetyczna: 2487.66 kcal; Białko ogółem: 96.52 g; Tłuszcz: 74.56 g; Kw. tł. nasy.: 37.66 g; Węglowodany ogółem: 368.82 g; W tym cukry: 84.68 g; Błonnik pok.: 27.31 g; Sól: 9.80 g;	Wartość energetyczna: 2730.42 kcal; Białko ogółem: 96.83 g; Tłuszcz: 91.84 g; Kw. tł. nasy.: 46.59 g; Węglowodany ogółem: 395.74 g; W tym cukry: 74.29 g; Błonnik pok.: 40.65 g; Sól: 7.16 g;	Wartość energetyczna: 2195.05 kcal; Białko ogółem: 69.86 g; Tłuszcz: 84.45 g; Kw. tł. nasy.: 32.92 g; Węglowodany ogółem: 291.26 g; W tym cukry: 49.61 g; Błonnik pok.: 16.06 g; Sól: 4.28 g;	Wartość energetyczna: 2830.11 kcal; Białko ogółem: 109.37 g; Tłuszcz: 99.30 g; Kw. tł. nasy.: 50.06 g; Węglowodany ogółem: 384.32 g; W tym cukry: 88.83 g; Błonnik pok.: 24.94 g; Sól: 8.92 g;	Wartość energetyczna: 2994.87 kcal; Białko ogółem: 116.79 g; Tłuszcz: 103.85 g; Kw. tł. nasy.: 53.48 g; Węglowodany ogółem: 401.31 g; Błonnik pok.: 29.71 g; Sól: 10.41 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Chleb Graham 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza jęczmienna na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Sok pomidorowy 200 ml
Tł.SN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml									Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	
Obiad	Pomidorowa z zacierką ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Kotlet schabowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Mizéria 200 g ( <b>MLE</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny ( ) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g ( <b>SEL.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Mięso wieprzowe (schab) mielone 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos własny ( ) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g ( <b>SEL.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - pomidorowa z zacierką ( ) RYD 700 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny ( ) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Mizéria 100 g ( <b>MLE</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g ( <b>SEL.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny ( ) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g ( <b>SEL.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny ( ) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g ( <b>SEL.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Zapiekanka z ziemniok i warzyw z jajkiem ( ) 350 g ( <b>JAJ, MLE, SEL.</b> ) Mizéria 200 g ( <b>MLE</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g ( <b>SEL.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny ( ) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g ( <b>SEL.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mleko UHT 200ml, 3,5%tł 1 Por ( <b>MLE</b> )
PD	Kefir 2 % tł 200g 1 szt ( <b>MLE</b> )									Mleko UHT 200ml, 3,5%tł 1 Por ( <b>MLE</b> )	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g ( <b>MLE</b> ) Grysiwka ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - grysiwka ( ) RYD 700 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko pieczone 150 g
PN	Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <b>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</b> ) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2185.35 kcal; Białko ogółem: 85.16 g; Tłuszcz: 75.74 g; Kw. tł. nasy.: 35.52 g; Węglowodany ogółem: 299.56 g; W tym cukry: 70.08 g; Błonnik pok.: 26.16 g; Sól: 6.23 g;	Wartość energetyczna: 2120.51 kcal; Białko ogółem: 92.66 g; Tłuszcz: 69.06 g; Kw. tł. nasy.: 33.97 g; Węglowodany ogółem: 293.89 g; W tym cukry: 78.03 g; Błonnik pok.: 30.38 g; Sól: 6.89 g;	Wartość energetyczna: 2135.69 kcal; Białko ogółem: 93.10 g; Tłuszcz: 69.24 g; Kw. tł. nasy.: 34.02 g; Węglowodany ogółem: 297.14 g; W tym cukry: 80.53 g; Błonnik pok.: 31.16 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 2650.05 kcal; Białko ogółem: 113.69 g; Tłuszcz: 85.56 g; Kw. tł. nasy.: 38.38 g; Węglowodany ogółem: 370.20 g; W tym cukry: 100.77 g; Błonnik pok.: 34.06 g; Sól: 7.97 g;	Wartość energetyczna: 2512.95 kcal; Białko ogółem: 127.77 g; Tłuszcz: 117.88 g; Kw. tł. nasy.: 28.18 g; Węglowodany ogółem: 244.26 g; W tym cukry: 97.63 g; Błonnik pok.: 24.53 g; Sól: 4.17 g;	Wartość energetyczna: 2079.85 kcal; Białko ogółem: 113.54 g; Tłuszcz: 66.64 g; Kw. tł. nasy.: 34.04 g; Węglowodany ogółem: 269.82 g; W tym cukry: 55.80 g; Błonnik pok.: 33.95 g; Sól: 7.06 g;	Wartość energetyczna: 2266.16 kcal; Białko ogółem: 107.54 g; Tłuszcz: 70.12 g; Kw. tł. nasy.: 33.47 g; Węglowodany ogółem: 313.09 g; W tym cukry: 73.57 g; Błonnik pok.: 33.58 g; Sól: 9.28 g;	Wartość energetyczna: 2292.56 kcal; Białko ogółem: 66.18 g; Tłuszcz: 98.14 g; Kw. tł. nasy.: 42.28 g; Węglowodany ogółem: 292.56 g; W tym cukry: 74.63 g; Błonnik pok.: 25.22 g; Sól: 6.32 g;	Wartość energetyczna: 1956.65 kcal; Białko ogółem: 71.31 g; Tłuszcz: 70.34 g; Kw. tł. nasy.: 30.92 g; Węglowodany ogółem: 266.71 g; W tym cukry: 69.30 g; Błonnik pok.: 25.17 g; Sól: 3.95 g;	Wartość energetyczna: 2135.69 kcal; Białko ogółem: 93.10 g; Tłuszcz: 69.24 g; Kw. tł. nasy.: 34.02 g; Węglowodany ogółem: 297.14 g; W tym cukry: 80.53 g; Błonnik pok.: 31.16 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 2304.16 kcal; Białko ogółem: 107.34 g; Tłuszcz: 73.12 g; Kw. tł. nasy.: 35.49 g; Węglowodany ogółem: 317.09 g; W tym cukry: 74.77 g; Błonnik pok.: 33.58 g; Sól: 9.29 g;

### **Oznaczenia alergenów:**

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

### **Oznaczenia wskaźników odż.:**

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

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-15 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwostrawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb Graham 70 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Hummus 100 g ( <b>SEZ.</b> ) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Sok marchwiowy 200 ml
II SN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml										
Obiad	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Naleśniki z serem 350 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <b>MLE</b> ) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <b>MLE</b> ) Mus z jabłek () b/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - wiosenna z ziemniakami () RYD 700 g ( <b>JAJ, SEL.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <b>MLE</b> ) Mus z jabłek () b/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <b>MLE</b> ) Mus z jabłek () b/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <b>MLE</b> ) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Makaron bezglutenowy 200 g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <b>MLE</b> ) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Mus z jabłek () z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami (b/c) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Mus z jabłek () b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami (b/c) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Mus z jabłek () b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD	Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml ( <b>MLE</b> )										
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE</b> ) Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700g ( <b>JAJ, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Serek gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Serek gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <b>MLE</b> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <b>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</b> ) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <b>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</b> ) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <b>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</b> ) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <b>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</b> ) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )
	Wartość energetyczna: 2835.79 kcal; Białko ogółem: 107.13 g; Tłuszcz: 86.14 g; Kw. tł. nasy.: 38.96 g; Węglowodany ogółem: 419.14 g; W tym cukry: 105.39 g; Błonnik pok.: 29.19 g; Sól: 6.51 g;	Wartość energetyczna: 2254.22 kcal; Białko ogółem: 85.60 g; Tłuszcz: 66.55 g; Kw. tł. nasy.: 35.99 g; Węglowodany ogółem: 335.07 g; W tym cukry: 73.59 g; Błonnik pok.: 20.74 g; Sól: 6.42 g;	Wartość energetyczna: 2344.49 kcal; Białko ogółem: 95.03 g; Tłuszcz: 63.74 g; Kw. tł. nasy.: 34.37 g; Węglowodany ogółem: 350.48 g; W tym cukry: 78.15 g; Błonnik pok.: 22.63 g; Sól: 6.47 g;	Wartość energetyczna: 2456.19 kcal; Białko ogółem: 101.09 g; Tłuszcz: 63.40 g; Kw. tł. nasy.: 33.93 g; Węglowodany ogółem: 374.28 g; W tym cukry: 82.36 g; Błonnik pok.: 23.90 g; Sól: 6.20 g;	Wartość energetyczna: 2493.41 kcal; Białko ogółem: 125.63 g; Tłuszcz: 122.64 g; Kw. tł. nasy.: 32.19 g; Węglowodany ogółem: 232.63 g; W tym cukry: 106.99 g; Błonnik pok.: 22.39 g; Sól: 5.02 g;	Wartość energetyczna: 2237.55 kcal; Białko ogółem: 94.65 g; Tłuszcz: 69.09 g; Kw. tł. nasy.: 35.56 g; Węglowodany ogółem: 317.92 g; W tym cukry: 62.30 g; Błonnik pok.: 34.55 g; Sól: 6.29 g;	Wartość energetyczna: 2262.64 kcal; Białko ogółem: 90.12 g; Tłuszcz: 60.86 g; Kw. tł. nasy.: 33.61 g; Węglowodany ogółem: 340.68 g; W tym cukry: 64.72 g; Błonnik pok.: 21.96 g; Sól: 7.14 g;	Wartość energetyczna: 2673.94 kcal; Białko ogółem: 93.69 g; Tłuszcz: 96.52 g; Kw. tł. nasy.: 38.33 g; Węglowodany ogółem: 363.91 g; W tym cukry: 73.36 g; Błonnik pok.: 26.02 g; Sól: 6.39 g;	Wartość energetyczna: 1797.48 kcal; Białko ogółem: 48.13 g; Tłuszcz: 60.45 g; Kw. tł. nasy.: 28.78 g; Węglowodany ogółem: 266.33 g; W tym cukry: 46.55 g; Błonnik pok.: 13.00 g; Sól: 2.63 g;	Wartość energetyczna: 2256.46 kcal; Białko ogółem: 69.38 g; Tłuszcz: 61.99 g; Kw. tł. nasy.: 33.48 g; Węglowodany ogółem: 387.32 g; W tym cukry: 78.45 g; Błonnik pok.: 24.59 g; Sól: 6.58 g;	Wartość energetyczna: 2443.80 kcal; Białko ogółem: 78.41 g; Tłuszcz: 66.69 g; Kw. tł. nasy.: 36.94 g; Węglowodany ogółem: 359.43 g; W tym cukry: 79.60 g; Błonnik pok.: 27.01 g; Sól: 8.12 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-15 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Vegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (MLE) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Papryka świeża 80 g	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płynna odtwycza - śniadanie RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (MLE) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g
T, SN						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
Obiad	Szczawiowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (GLU PSZ) Sos meksykański 100 g (GLU PSZ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (GLU PSZ) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaki gotowane () 200 g Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (GLU PSZ) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (GLU PSZ) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odtwycza - brokułowa z ryżem () RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szczawiowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (GLU PSZ) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szczawiowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz sojowy z warzywami () 200 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Sos własny (bez glutenu) 100 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (GLU PSZ) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD						Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)
Kolejnia	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, 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) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odtwycza - ziemniaczana () RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Tofu 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunkowa dębowa kiel.wp.grodz.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	
PN		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE) Rogal maślane 50g. 1 szt (GLU PSZ, 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)	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)	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: 2833.47 kcal; Białko ogółem: 118.04 g; Tłuszcz: 102.28 g; Kw. tł. nasy.: 50.78 g; Węglowodany ogółem: 371.38 g; W tym cukry: 78.26 g; Błonnik pok.: 26.34 g; Sól: 7.69 g;	Wartość energetyczna: 2727.54 kcal; Białko ogółem: 121.72 g; Tłuszcz: 93.29 g; Kw. tł. nasy.: 42.10 g; Węglowodany ogółem: 360.65 g; W tym cukry: 78.57 g; Błonnik pok.: 22.72 g; Sól: 6.88 g;	Wartość energetyczna: 2701.71 kcal; Białko ogółem: 121.93 g; Tłuszcz: 83.52 g; Kw. tł. nasy.: 47.37 g; Węglowodany ogółem: 429.30 g; W tym cukry: 84.25 g; Błonnik pok.: 25.19 g; Sól: 7.70 g;	Wartość energetyczna: 2976.41 kcal; Białko ogółem: 132.86 g; Tłuszcz: 86.98 g; Kw. tł. nasy.: 43.47 g; Węglowodany ogółem: 429.30 g; W tym cukry: 88.71 g; Błonnik pok.: 28.80 g; Sól: 7.21 g;	Wartość energetyczna: 2471.18 kcal; Białko ogółem: 127.47 g; Tłuszcz: 122.64 g; Kw. tł. nasy.: 32.12 g; Węglowodany ogółem: 223.27 g; W tym cukry: 103.51 g; Błonnik pok.: 18.45 g; Sól: 4.23 g;	Wartość energetyczna: 2348.02 kcal; Białko ogółem: 115.34 g; Tłuszcz: 85.32 g; Kw. tł. nasy.: 40.56 g; Węglowodany ogółem: 294.37 g; W tym cukry: 67.60 g; Błonnik pok.: 30.18 g; Sól: 7.85 g;	Wartość energetyczna: 2406.98 kcal; Białko ogółem: 109.49 g; Tłuszcz: 76.35 g; Kw. tł. nasy.: 40.36 g; Węglowodany ogółem: 332.51 g; W tym cukry: 72.94 g; Błonnik pok.: 26.57 g; Sól: 8.86 g;	Wartość energetyczna: 2697.42 kcal; Białko ogółem: 107.24 g; Tłuszcz: 88.96 g; Kw. tł. nasy.: 47.44 g; Węglowodany ogółem: 371.83 g; W tym cukry: 77.60 g; Błonnik pok.: 33.66 g; Sól: 6.20 g;	Wartość energetyczna: 2097.40 kcal; Białko ogółem: 79.32 g; Tłuszcz: 85.09 g; Kw. tł. nasy.: 35.22 g; Węglowodany ogółem: 258.40 g; W tym cukry: 53.20 g; Błonnik pok.: 16.15 g; Sól: 4.26 g;	Wartość energetyczna: 2770.70 kcal; Białko ogółem: 116.78 g; Tłuszcz: 94.05 g; Kw. tł. nasy.: 52.24 g; Węglowodany ogółem: 375.55 g; W tym cukry: 81.11 g; Błonnik pok.: 25.16 g; Sól: 7.30 g;	Wartość energetyczna: 2843.68 kcal; Białko ogółem: 129.47 g; Tłuszcz: 97.88 g; Kw. tł. nasy.: 53.61 g; Węglowodany ogółem: 375.90 g; W tym cukry: 79.95 g; Błonnik pok.: 27.62 g; Sól: 8.75 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-15 KUCHNIA KRĄKÓW 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 GLU/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszanzy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszanzy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sok jabłkowy 100% 0,2l 1 szt Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 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.) Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok jabłkowy 100% 0,2l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszanzy 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.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszanzy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszanzy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok jabłkowy 100% 0,2l 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszanzy 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.) Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
II SN						Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko pieczone 150 g	
Obiad	Pieczarkowa z makaronem (l) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane (l) 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy (l) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem diety (l) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane (l) 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy (l) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem diety (l) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane (l) 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy (l) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Marchew gotowana z olejem (l) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem (l) RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem (l) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane (l) 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy (l) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Surówka z marchwi i chrzanu b/c (l) 100 g (MLE, SOJ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem diety (l) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane (l) 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy (l) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Marchew gotowana z olejem (l) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem (l) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane (l) 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy (l) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (l) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane (l) 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy (l) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Surówka z marchwi i chrzanu (l) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) (l) 400 ml (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane (l) 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (JAJ.) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (MLE) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem diety (l) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane (l) 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy (l) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem diety (l) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane (l) 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy (l) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE)	
Kolacja	Chleb mieszanzy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Paprykarz szczyński 100 g (RYB, SOJ.) Ogórek świeży 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszanzy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszanzy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Grysikowa (l) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Grysikowa (l) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - grysikowa (l) RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Paprykarz szczyński 100 g (RYB, SOJ.) Ogórek świeży 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszanzy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok marchwiowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszanzy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszanzy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszanzy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	
PN	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (MLE, GLU OW.)			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE) Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (MLE, GLU OW.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszanzy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (MLE, GLU OW.)	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (MLE, GLU OW.)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (MLE, GLU OW.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszanzy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (MLE, GLU OW.)	
	Wartość energetyczna: 2395.59 kcal; Białko ogółem: 99.00 g; Tłuszcz: 79.31 g; Kw. tł. nasy.: 35.38 g; Węglowodany ogółem: 332.63 g; W tym cukry: 65.50 g; Błonnik pok.: 24.74 g; Sól: 8.27 g;	Wartość energetyczna: 2238.56 kcal; Białko ogółem: 90.70 g; Tłuszcz: 71.66 g; Kw. tł. nasy.: 35.94 g; Węglowodany ogółem: 316.72 g; W tym cukry: 66.08 g; Błonnik pok.: 21.85 g; Sól: 7.30 g;	Wartość energetyczna: 2373.32 kcal; Białko ogółem: 91.13 g; Tłuszcz: 72.55 g; Kw. tł. nasy.: 35.01 g; Węglowodany ogółem: 348.39 g; W tym cukry: 99.01 g; Błonnik pok.: 25.80 g; Sól: 8.86 g;	Wartość energetyczna: 2449.77 kcal; Białko ogółem: 97.62 g; Tłuszcz: 70.16 g; Kw. tł. nasy.: 33.16 g; Węglowodany ogółem: 368.64 g; W tym cukry: 92.38 g; Błonnik pok.: 26.61 g; Sól: 10.66 g;	Wartość energetyczna: 2454.48 kcal; Białko ogółem: 123.91 g; Tłuszcz: 116.04 g; Kw. tł. nasy.: 27.64 g; Węglowodany ogółem: 235.04 g; W tym cukry: 90.42 g; Błonnik pok.: 14.81 g; Sól: 5.95 g;	Wartość energetyczna: 2289.34 kcal; Białko ogółem: 96.23 g; Tłuszcz: 78.78 g; Kw. tł. nasy.: 35.39 g; Węglowodany ogółem: 315.16 g; W tym cukry: 68.06 g; Błonnik pok.: 33.43 g; Sól: 8.54 g;	Wartość energetyczna: 2321.11 kcal; Białko ogółem: 88.71 g; Tłuszcz: 70.39 g; Kw. tł. nasy.: 34.49 g; Węglowodany ogółem: 326.15 g; W tym cukry: 79.00 g; Błonnik pok.: 33.43 g; Sól: 9.96 g;	Wartość energetyczna: 2428.41 kcal; Białko ogółem: 98.31 g; Tłuszcz: 86.17 g; Kw. tł. nasy.: 48.74 g; Węglowodany ogółem: 326.15 g; W tym cukry: 78.75 g; Błonnik pok.: 24.11 g; Sól: 6.33 g;	Wartość energetyczna: 1782.39 kcal; Białko ogółem: 60.28 g; Tłuszcz: 66.32 g; Kw. tł. nasy.: 27.45 g; Węglowodany ogółem: 243.45 g; W tym cukry: 47.14 g; Błonnik pok.: 15.67 g; Sól: 3.75 g;	Wartość energetyczna: 2450.14 kcal; Białko ogółem: 97.04 g; Tłuszcz: 81.42 g; Kw. tł. nasy.: 44.26 g; Węglowodany ogółem: 340.18 g; W tym cukry: 89.14 g; Błonnik pok.: 20.91 g; Sól: 8.37 g;	Wartość energetyczna: 2675.88 kcal; Białko ogółem: 108.54 g; Tłuszcz: 86.23 g; Kw. tł. nasy.: 47.76 g; Węglowodany ogółem: 374.95 g; W tym cukry: 85.49 g; Błonnik pok.: 29.31 g; Sól: 9.85 g;	



Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-15 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwostrawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odtżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU OW.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml
Tł.SN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml										Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (SEL) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odtżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (JAJ, SEL) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odtżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (JAJ, SEL) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (SEL) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL) Kaszotto jaglane z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD	Kefir 2% tł 200g 1 szt (MLE)										Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)
Kolejacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (MLE, SEL) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (MLE, SEL) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odtżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (JAJ, SEL) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek topiony 50 g (MLE) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek topiony 50 g (MLE) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	
	Wartość energetyczna: 2621.40 kcal; Białko ogółem: 101.79 g; Tłuszcz: 99.21 g; Kw. tł. nasy.: 48.69 g; Węglowodany ogółem: 347.16 g; W tym cukry: 83.73 g; Błonnik pok.: 35.55 g; Sól: 8.33 g;	Wartość energetyczna: 2517.64 kcal; Białko ogółem: 105.13 g; Tłuszcz: 91.11 g; Kw. tł. nasy.: 39.93 g; Węglowodany ogółem: 332.53 g; W tym cukry: 73.93 g; Błonnik pok.: 28.37 g; Sól: 6.72 g;	Wartość energetyczna: 2597.52 kcal; Białko ogółem: 104.73 g; Tłuszcz: 91.21 g; Kw. tł. nasy.: 40.38 g; Węglowodany ogółem: 351.29 g; W tym cukry: 78.49 g; Błonnik pok.: 30.09 g; Sól: 6.93 g;	Wartość energetyczna: 2709.22 kcal; Białko ogółem: 110.79 g; Tłuszcz: 90.87 g; Kw. tł. nasy.: 39.94 g; Węglowodany ogółem: 375.09 g; W tym cukry: 82.70 g; Błonnik pok.: 31.36 g; Sól: 6.66 g;	Wartość energetyczna: 2450.41 kcal; Białko ogółem: 124.60 g; Tłuszcz: 124.04 g; Kw. tł. nasy.: 32.19 g; Węglowodany ogółem: 217.50 g; W tym cukry: 100.38 g; Błonnik pok.: 17.75 g; Sól: 4.09 g;	Wartość energetyczna: 2345.97 kcal; Białko ogółem: 104.89 g; Tłuszcz: 85.46 g; Kw. tł. nasy.: 39.68 g; Węglowodany ogółem: 305.83 g; W tym cukry: 68.90 g; Błonnik pok.: 36.43 g; Sól: 7.19 g;	Wartość energetyczna: 2496.76 kcal; Białko ogółem: 98.26 g; Tłuszcz: 86.71 g; Kw. tł. nasy.: 39.48 g; Węglowodany ogółem: 341.65 g; W tym cukry: 68.92 g; Błonnik pok.: 30.39 g; Sól: 8.05 g;	Wartość energetyczna: 2580.96 kcal; Białko ogółem: 91.31 g; Tłuszcz: 101.62 g; Kw. tł. nasy.: 45.28 g; Węglowodany ogółem: 329.63 g; W tym cukry: 73.69 g; Błonnik pok.: 33.78 g; Sól: 6.53 g;	Wartość energetyczna: 2078.44 kcal; Białko ogółem: 73.16 g; Tłuszcz: 84.32 g; Kw. tł. nasy.: 32.76 g; Węglowodany ogółem: 263.26 g; W tym cukry: 48.47 g; Błonnik pok.: 18.78 g; Sól: 3.42 g;	Wartość energetyczna: 2646.67 kcal; Białko ogółem: 97.19 g; Tłuszcz: 102.23 g; Kw. tł. nasy.: 49.19 g; Węglowodany ogółem: 346.04 g; W tym cukry: 79.55 g; Błonnik pok.: 30.59 g; Sól: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 2868.64 kcal; Białko ogółem: 114.04 g; Tłuszcz: 107.86 g; Kw. tł. nasy.: 50.27 g; Węglowodany ogółem: 373.08 g; W tym cukry: 78.39 g; Błonnik pok.: 33.01 g; Sól: 9.29 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-15 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Vegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
2024-09-06 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb Graham 70 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Dżem wiśniowy 60 g Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> )	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> )	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> )	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek 100 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Jabłko pieczone 150 g	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Dżem wiśniowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> )	Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>MLE</u> ) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> )	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Dżem wiśniowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Jabłko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> )	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Jabłko pieczone 150 g	
					Arbuz 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )					Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g ( <u>SEL</u> ) Salatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g ( <u>SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g ( <u>SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - szpinakowa z zacierką () RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g ( <u>SEL</u> ) Salatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g ( <u>SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Kotlety gryczane z cebulką i twarogiem 350g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Sos pieczarkowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Salatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g ( <u>SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g ( <u>SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml ( <u>MLE</u> )					Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml ( <u>MLE</u> )	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pierś delikatna z kurczaka parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pierś delikatna z kurczaka parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Selerowa z makaronem () 400 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - selerowa z makaronem () RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pierś delikatna z kurczaka parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>MLE</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	
			Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT</u> ) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt		Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT</u> ) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	
	PN											
		Wartość energetyczna: 2690.70 kcal; Białko ogółem: 103.49 g; Tłuszcz: 83.32 g; Kw. tł. nasy.: 35.71 g; Węglowodany ogółem: 394.35 g; W tym cukry: 139.87 g; Błonnik pok.: 26.21 g; Sól: 5.69 g;	Wartość energetyczna: 2530.59 kcal; Białko ogółem: 99.18 g; Tłuszcz: 78.98 g; Kw. tł. nasy.: 35.25 g; Węglowodany ogółem: 370.49 g; W tym cukry: 130.39 g; Błonnik pok.: 29.91 g; Sól: 6.42 g;	Wartość energetyczna: 2526.14 kcal; Białko ogółem: 103.66 g; Tłuszcz: 75.07 g; Kw. tł. nasy.: 34.39 g; Węglowodany ogółem: 374.05 g; W tym cukry: 132.89 g; Błonnik pok.: 30.69 g; Sól: 8.33 g;	Wartość energetyczna: 2691.93 kcal; Białko ogółem: 107.44 g; Tłuszcz: 74.72 g; Kw. tł. nasy.: 34.12 g; Węglowodany ogółem: 415.51 g; W tym cukry: 138.85 g; Błonnik pok.: 35.50 g; Sól: 8.40 g;	Wartość energetyczna: 2494.93 kcal; Białko ogółem: 124.95 g; Tłuszcz: 116.12 g; Kw. tł. nasy.: 27.66 g; Węglowodany ogółem: 246.57 g; W tym cukry: 106.51 g; Błonnik pok.: 17.48 g; Sól: 4.06 g;	Wartość energetyczna: 2294.65 kcal; Białko ogółem: 107.70 g; Tłuszcz: 86.71 g; Kw. tł. nasy.: 43.07 g; Węglowodany ogółem: 289.81 g; W tym cukry: 76.25 g; Błonnik pok.: 33.56 g; Sól: 7.21 g;	Wartość energetyczna: 2361.80 kcal; Białko ogółem: 112.99 g; Tłuszcz: 77.68 g; Kw. tł. nasy.: 36.89 g; Węglowodany ogółem: 317.73 g; W tym cukry: 78.33 g; Błonnik pok.: 32.01 g; Sól: 9.70 g;	Wartość energetyczna: 2822.77 kcal; Białko ogółem: 93.52 g; Tłuszcz: 97.05 g; Kw. tł. nasy.: 37.94 g; Węglowodany ogółem: 405.88 g; W tym cukry: 143.91 g; Błonnik pok.: 26.93 g; Sól: 4.99 g;	Wartość energetyczna: 2084.65 kcal; Białko ogółem: 64.48 g; Tłuszcz: 73.25 g; Kw. tł. nasy.: 28.19 g; Węglowodany ogółem: 301.73 g; W tym cukry: 105.40 g; Błonnik pok.: 23.93 g; Sól: 3.11 g;	Wartość energetyczna: 2531.21 kcal; Białko ogółem: 98.41 g; Tłuszcz: 78.32 g; Kw. tł. nasy.: 34.00 g; Węglowodany ogółem: 373.32 g; W tym cukry: 131.18 g; Błonnik pok.: 30.69 g; Sól: 7.36 g;	Wartość energetyczna: 2761.85 kcal; Białko ogółem: 128.35 g; Tłuszcz: 101.75 g; Kw. tł. nasy.: 47.34 g; Węglowodany ogółem: 350.29 g; W tym cukry: 84.98 g; Błonnik pok.: 32.78 g; Sól: 9.91 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-15 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Latwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Latwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Latwostrawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 z ogr.latwo przys.wegl/Latwostrawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Vegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
2024-09-07 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb Graham 70 g (GLU, PSZ.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU, JECZ.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Tł.SN							Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml			
2024-09-07 sobota	Obiad	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ.) Buraczki podprawiane-drobno tarte ( ) 200 g (GLU, PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Mięso wołowe mielone w sosie wł 100 g (GLU, PSZ.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte ( ) 200 g (GLU, PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - koperkowa z ryżem ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c ( ) 100 g Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) ( ) 200 g (GLU, PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (GLU, PSZ, SOJ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa (bez glutenu) 100 g Sos jarzynowy (bez glutenu) 100 ml (SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) ( ) 200 g (GLU, PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka wołowa 100 g (GLU, PSZ.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) ( ) 200 g (GLU, PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
		PD							Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE)			
2024-09-07 sobota	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasztet z soczewicy ( ) 70 g (GLU, PSZ, JAJ.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Mus z jabłek ( ) b/c 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Płynna odżywcza - ziemniaczana ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasztet z soczewicy ( ) 70 g (GLU, PSZ, JAJ.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Mus z jabłek ( ) b/c 100 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) Pasztet z soczewicy ( ) 70 g (GLU, PSZ, JAJ.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	
		PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU, PSZ, MLE) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU, ZYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE) Wafle ryżowe 20 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU, ZYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)
		Wartość energetyczna: 2705.42 kcal; Białko ogółem: 110.63 g; Tłuszcz: 92.41 g; Kw. tł. nasy.: 40.04 g; Węglowodany ogółem: 373.92 g; W tym cukry: 78.31 g; Błonnik pok.: 34.15 g; Sól: 8.09 g;	Wartość energetyczna: 2493.44 kcal; Białko ogółem: 112.83 g; Tłuszcz: 77.68 g; Kw. tł. nasy.: 38.27 g; Węglowodany ogółem: 346.95 g; W tym cukry: 79.78 g; Błonnik pok.: 24.48 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2581.19 kcal; Białko ogółem: 113.72 g; Tłuszcz: 77.80 g; Kw. tł. nasy.: 38.72 g; Węglowodany ogółem: 366.09 g; W tym cukry: 74.37 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 7.71 g;	Wartość energetyczna: 2745.49 kcal; Białko ogółem: 120.11 g; Tłuszcz: 77.17 g; Kw. tł. nasy.: 38.18 g; Węglowodany ogółem: 405.16 g; W tym cukry: 78.57 g; Błonnik pok.: 31.01 g; Sól: 7.20 g;	Wartość energetyczna: 2447.98 kcal; Białko ogółem: 123.40 g; Tłuszcz: 122.04 g; Kw. tł. nasy.: 31.94 g; Węglowodany ogółem: 223.32 g; W tym cukry: 100.45 g; Błonnik pok.: 19.36 g; Sól: 4.99 g;	Wartość energetyczna: 2520.19 kcal; Białko ogółem: 107.90 g; Tłuszcz: 86.93 g; Kw. tł. nasy.: 39.00 g; Węglowodany ogółem: 343.94 g; W tym cukry: 77.79 g; Błonnik pok.: 35.23 g; Sól: 7.70 g;	Wartość energetyczna: 2496.84 kcal; Białko ogółem: 106.57 g; Tłuszcz: 74.20 g; Kw. tł. nasy.: 37.94 g; Węglowodany ogółem: 360.21 g; W tym cukry: 72.92 g; Błonnik pok.: 26.92 g; Sól: 8.33 g;	Wartość energetyczna: 2685.82 kcal; Białko ogółem: 83.99 g; Tłuszcz: 99.72 g; Kw. tł. nasy.: 45.60 g; Węglowodany ogółem: 378.93 g; W tym cukry: 83.20 g; Błonnik pok.: 34.90 g; Sól: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 2047.34 kcal; Białko ogółem: 75.71 g; Tłuszcz: 75.92 g; Kw. tł. nasy.: 46.79 g; Węglowodany ogółem: 272.45 g; W tym cukry: 51.77 g; Błonnik pok.: 19.99 g; Sól: 3.95 g;	Wartość energetyczna: 2640.69 kcal; Białko ogółem: 106.32 g; Tłuszcz: 88.80 g; Kw. tł. nasy.: 46.79 g; Węglowodany ogółem: 363.69 g; W tym cukry: 74.87 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 8.72 g;	Wartość energetyczna: 2840.73 kcal; Białko ogółem: 113.40 g; Tłuszcz: 92.98 g; Kw. tł. nasy.: 50.23 g; Węglowodany ogółem: 398.49 g; W tym cukry: 90.06 g; Błonnik pok.: 29.86 g; Sól: 10.20 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-15 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	Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 70 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Pastaz twarogu z dżemem brzoskwinowym 100 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Pastaz twarogu z dżemem brzoskwinowym 100 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko pieczone 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <b>MLE.</b> ) Bulka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Pastaz twarogu z dżemem brzoskwinowym 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Pastaz twarogu z dżemem brzoskwinowym 100 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Pastaz twarogu z dżemem brzoskwinowym 100 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Jabłko pieczone 150 g
Tł.SN	Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml										Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
Obiad	Rosół z makaronem ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udko pieczone 1szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Sznajkarz gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Gryskowa ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Sznajkarz gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Budyń z udzka kurczaka 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos koperkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Sznajkarz gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - rosół z makaronem ( ) RYD 700 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Sznajkarz gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Gryskowa ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Sznajkarz gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Gryskowa ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Kotlet z jaj 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Gryskowa ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Sznajkarz gotowany z olejem* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem (bez glutenu) ( ) 400 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Sznajkarz gotowany z olejem (bez glutenu)* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Sznajkarz gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD	Kefir 2 % tł 200g 1 szt ( <b>MLE.</b> )										Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jarzynowa z ryżem dieta ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem ( ) RYD 700 g ( <b>JAJ, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Hummus 100 g ( <b>SEZ.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	
PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <b>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</b> ) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <b>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</b> ) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <b>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</b> ) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )			
	Wartość energetyczna: 2508.11 kcal; Białko ogółem: 121.70 g; Tłuszcz: 106.21 g; Kw. tł. nasy.: 47.81 g; Węglowodany ogółem: 277.16 g; W tym cukry: 54.09 g; Błonnik pok.: 24.84 g; Sól: 7.88 g;	Wartość energetyczna: 2418.07 kcal; Białko ogółem: 116.18 g; Tłuszcz: 88.91 g; Kw. tł. nasy.: 39.00 g; Węglowodany ogółem: 295.52 g; W tym cukry: 63.09 g; Błonnik pok.: 21.06 g; Sól: 6.87 g;	Wartość energetyczna: 2368.17 kcal; Białko ogółem: 109.78 g; Tłuszcz: 85.28 g; Kw. tł. nasy.: 37.89 g; Węglowodany ogółem: 297.70 g; W tym cukry: 65.22 g; Błonnik pok.: 21.37 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2565.12 kcal; Białko ogółem: 104.85 g; Tłuszcz: 70.68 g; Kw. tł. nasy.: 35.20 g; Węglowodany ogółem: 386.40 g; W tym cukry: 86.76 g; Błonnik pok.: 24.77 g; Sól: 8.11 g;	Wartość energetyczna: 2471.94 kcal; Białko ogółem: 123.45 g; Tłuszcz: 114.29 g; Kw. tł. nasy.: 27.33 g; Węglowodany ogółem: 241.63 g; W tym cukry: 88.93 g; Błonnik pok.: 16.77 g; Sól: 3.81 g;	Wartość energetyczna: 2485.08 kcal; Białko ogółem: 134.01 g; Tłuszcz: 106.90 g; Kw. tł. nasy.: 50.87 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 43.07 g; Błonnik pok.: 29.33 g; Sól: 8.37 g;	Wartość energetyczna: 2470.43 kcal; Białko ogółem: 124.73 g; Tłuszcz: 91.10 g; Kw. tł. nasy.: 42.30 g; Węglowodany ogółem: 294.88 g; W tym cukry: 56.27 g; Błonnik pok.: 23.76 g; Sól: 9.22 g;	Wartość energetyczna: 2504.52 kcal; Białko ogółem: 72.19 g; Tłuszcz: 101.80 g; Kw. tł. nasy.: 34.99 g; Węglowodany ogółem: 329.16 g; W tym cukry: 66.65 g; Błonnik pok.: 24.59 g; Sól: 6.76 g;	Wartość energetyczna: 2266.27 kcal; Białko ogółem: 94.63 g; Tłuszcz: 90.45 g; Kw. tł. nasy.: 36.01 g; Węglowodany ogółem: 271.01 g; W tym cukry: 54.39 g; Błonnik pok.: 15.90 g; Sól: 3.94 g;	Wartość energetyczna: 2500.51 kcal; Białko ogółem: 119.96 g; Tłuszcz: 101.19 g; Kw. tł. nasy.: 47.31 g; Węglowodany ogółem: 286.42 g; W tym cukry: 63.17 g; Błonnik pok.: 21.84 g; Sól: 8.82 g;	Wartość energetyczna: 2639.98 kcal; Białko ogółem: 136.75 g; Tłuszcz: 106.82 g; Kw. tł. nasy.: 48.39 g; Węglowodany ogółem: 292.85 g; W tym cukry: 45.03 g; Błonnik pok.: 24.23 g; Sól: 10.12 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-15 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwostrawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Vegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW, PSZ</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> ) Szynka soltysa wierzpowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Salata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW, PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynka soltysa wierzpowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Salata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW, PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynka soltysa wierzpowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW, PSZ</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynka soltysa wierzpowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <u>MLE, GLU OW, PSZ</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynka soltysa wierzpowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynka soltysa wierzpowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW, PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW, PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW, PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Sok marchwiowy 200 ml
II SN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml									Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	
Obiad	Wielowarzynna z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ryż na sypko 200 g Mus z jablek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt				Płynna odżywcza - solferino () RYD 700 g ( <u>JAJ, SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR</u> ) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jablek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzynna z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ryż na sypko 200 g Mus z jablek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzynna z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Ryż na sypko 200 g Mus z jablek () z/c 80 g Jogurt naturalny 100g 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR</u> ) Ryż na sypko 200 g Mus z jablek () z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR</u> ) Ryż na sypko 200 g Mus z jablek () b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml ( <u>MLE</u> )									Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml ( <u>MLE</u> )	
Kolacja	Mix салат 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> ) Pasta z twarogu i papryki 100 g ( <u>MLE</u> ) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Mix салат 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> ) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ) 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> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g(tubka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Gryskowa () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Mix салат 20 g Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu i papryki 100 g ( <u>MLE</u> ) Ogórek świeży 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. naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g(tubka) 1 szt	Mix салат 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Mix салат 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w oslonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g(tubka) 1 szt	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 oslonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g(tubka) 1 szt
PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g				Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> )		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</u> ) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</u> ) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> )	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> ) Wafle ryżowe 20 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</u> ) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> )
	Wartość energetyczna: 2464.52 kcal; Białko ogółem: 90.99 g; Tłuszcz: 81.57 g; Kw. tł. nasy.: 42.24 g; Węglowodany ogółem: 350.20 g; W tym cukry: 75.82 g; Błonnik pok.: 27.84 g; Sól: 6.34 g;	Wartość energetyczna: 2358.50 kcal; Białko ogółem: 88.76 g; Tłuszcz: 72.44 g; Kw. tł. nasy.: 40.46 g; Węglowodany ogółem: 346.21 g; W tym cukry: 72.35 g; Błonnik pok.: 19.24 g; Sól: 5.91 g;	Wartość energetyczna: 2401.28 kcal; Białko ogółem: 84.86 g; Tłuszcz: 70.71 g; Kw. tł. nasy.: 37.81 g; Węglowodany ogółem: 363.45 g; W tym cukry: 88.67 g; Błonnik pok.: 18.77 g; Sól: 6.02 g;	Wartość energetyczna: 2453.47 kcal; Białko ogółem: 89.42 g; Tłuszcz: 69.09 g; Kw. tł. nasy.: 37.23 g; Węglowodany ogółem: 376.95 g; W tym cukry: 91.74 g; Błonnik pok.: 19.58 g; Sól: 5.67 g;	Wartość energetyczna: 2463.35 kcal; Białko ogółem: 126.38 g; Tłuszcz: 124.49 g; Kw. tł. nasy.: 32.23 g; Węglowodany ogółem: 218.06 g; W tym cukry: 101.67 g; Błonnik pok.: 18.09 g; Sól: 4.09 g;	Wartość energetyczna: 2374.83 kcal; Białko ogółem: 91.65 g; Tłuszcz: 79.84 g; Kw. tł. nasy.: 42.87 g; Węglowodany ogółem: 334.50 g; W tym cukry: 72.99 g; Błonnik pok.: 33.06 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2417.48 kcal; Białko ogółem: 81.91 g; Tłuszcz: 68.68 g; Kw. tł. nasy.: 38.52 g; Węglowodany ogółem: 375.75 g; W tym cukry: 85.26 g; Błonnik pok.: 20.10 g; Sól: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 2402.70 kcal; Białko ogółem: 82.08 g; Tłuszcz: 81.23 g; Kw. tł. nasy.: 44.85 g; Węglowodany ogółem: 343.87 g; W tym cukry: 68.78 g; Błonnik pok.: 18.74 g; Sól: 5.60 g;	Wartość energetyczna: 1910.23 kcal; Białko ogółem: 52.18 g; Tłuszcz: 65.05 g; Kw. tł. nasy.: 32.71 g; Węglowodany ogółem: 281.42 g; W tym cukry: 47.41 g; Błonnik pok.: 12.49 g; Sól: 2.95 g;	Wartość energetyczna: 2521.10 kcal; Białko ogółem: 74.62 g; Tłuszcz: 86.09 g; Kw. tł. nasy.: 46.14 g; Węglowodany ogółem: 371.07 g; W tym cukry: 91.78 g; Błonnik pok.: 21.98 g; Sól: 7.01 g;	Wartość energetyczna: 2809.57 kcal; Białko ogółem: 86.59 g; Tłuszcz: 92.95 g; Kw. tł. nasy.: 51.21 g; Węglowodany ogółem: 417.46 g; W tym cukry: 101.50 g; Błonnik pok.: 25.43 g; Sól: 9.31 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-15 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwostrawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Sok pomidorowy 200 ml	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (GLU PSZ, MLE,) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok pomidorowy 200 ml	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Roszponka 10 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Sok pomidorowy 200 ml	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Sok pomidorowy 200 ml
Tł.SN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml										Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
Obiad	Grochowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200g (GLU JECZ,) Zrazik wołowy mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos ziołowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Surówka z rzepy białej i jabłka ( ) 200 g (MLE,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ,) Zrazik wołowy mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos ziołowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - wielowarzynna z ziemniakami ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200g (GLU JECZ,) Zrazik wołowy mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos ziołowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Surówka z rzepy białej i jabłka ( ) 100 g (MLE,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200g (GLU JECZ,) Zrazik wołowy mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos ziołowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200g (GLU JECZ,) Zrazik wołowy mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos ziołowy ( ) 200 g (GLU PSZ, SEL,) Surówka z rzepy białej i jabłka ( ) 200 g (MLE,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ,) Zrazik wołowy mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos ziołowy ( ) 100 ml (SEL,) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU PSZ, JAJ,) Zrazik wołowy mielony 100 g (GLU PSZ, SEL,) Sos ziołowy z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU PSZ, JAJ,) Zrazik wołowy mielony 100 g (GLU PSZ, SEL,) Sos ziołowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)										Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)
Kolacja	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g (RYB, SEL,) Twaróg półtusty 50 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Ogórek świeży 80 g	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 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 Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 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 Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 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 Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Płynna odżywcza - ziemniaczana ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Salata zielona 20 g Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g (RYB, SEL,) Twaróg półtusty 50 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 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 Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 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 Pomidor 80 g	Salata zielona 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 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 Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 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 Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g (SOJ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g
PN	Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2595,21 kcal; Białko ogółem: 114,57 g; Tłuszcz: 78,67 g; Kw. tł. nasy.: 39,40 g; Węglowodany ogółem: 372,34 g; W tym cukry: 62,27 g; Błonnik pok.: 36,85 g; Sól: 6,49 g;	Wartość energetyczna: 2375,35 kcal; Białko ogółem: 98,35 g; Tłuszcz: 69,69 g; Kw. tł. nasy.: 34,15 g; Węglowodany ogółem: 351,97 g; W tym cukry: 69,68 g; Błonnik pok.: 32,58 g; Sól: 8,47 g;	Wartość energetyczna: 2440,36 kcal; Białko ogółem: 98,34 g; Tłuszcz: 70,21 g; Kw. tł. nasy.: 34,70 g; Węglowodany ogółem: 367,86 g; W tym cukry: 69,34 g; Błonnik pok.: 34,85 g; Sól: 9,41 g;	Wartość energetyczna: 2669,14 kcal; Białko ogółem: 106,65 g; Tłuszcz: 69,90 g; Kw. tł. nasy.: 34,25 g; Węglowodany ogółem: 419,95 g; W tym cukry: 73,53 g; Błonnik pok.: 38,44 g; Sól: 9,17 g;	Wartość energetyczna: 2313,35 kcal; Białko ogółem: 120,17 g; Tłuszcz: 113,84 g; Kw. tł. nasy.: 27,23 g; Węglowodany ogółem: 208,70 g; W tym cukry: 91,86 g; Błonnik pok.: 19,70 g; Sól: 3,88 g;	Wartość energetyczna: 2419,03 kcal; Białko ogółem: 108,81 g; Tłuszcz: 74,19 g; Kw. tł. nasy.: 38,42 g; Węglowodany ogółem: 346,30 g; W tym cukry: 66,17 g; Błonnik pok.: 39,99 g; Sól: 7,59 g;	Wartość energetyczna: 2479,46 kcal; Białko ogółem: 83,97 g; Tłuszcz: 75,73 g; Kw. tł. nasy.: 35,12 g; Węglowodany ogółem: 383,09 g; W tym cukry: 66,47 g; Błonnik pok.: 37,45 g; Sól: 11,40 g;	Wartość energetyczna: 2449,20 kcal; Białko ogółem: 66,87 g; Tłuszcz: 63,73 g; Kw. tł. nasy.: 36,01 g; Węglowodany ogółem: 372,43 g; W tym cukry: 68,37 g; Błonnik pok.: 36,40 g; Sól: 5,23 g;	Wartość energetyczna: 1929,85 kcal; Białko ogółem: 102,26 g; Tłuszcz: 77,75 g; Kw. tł. nasy.: 26,68 g; Węglowodany ogółem: 280,18 g; W tym cukry: 44,30 g; Błonnik pok.: 24,29 g; Sól: 4,55 g;	Wartość energetyczna: 2572,95 kcal; Białko ogółem: 123,99 g; Tłuszcz: 86,06 g; Kw. tł. nasy.: 35,90 g; Węglowodany ogółem: 382,79 g; W tym cukry: 66,35 g; Błonnik pok.: 40,12 g; Sól: 8,00 g;	Wartość energetyczna: 2939,22 kcal; Białko ogółem: 123,99 g; Tłuszcz: 86,06 g; Kw. tł. nasy.: 38,61 g; Węglowodany ogółem: 435,40 g; W tym cukry: 73,68 g; Błonnik pok.: 43,52 g; Sól: 10,16 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-15 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	
2024-09-11 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko 150 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (MLE) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (MLE) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g
		TSN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml									
2024-09-11 środa	Obiad	Grysikowa ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazylkowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Salatka szwedzka ( ) 200 g (GOR.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazylkowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Klopsik drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos bazylkowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Dyńia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - grysikowa ( ) RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazylkowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Salatka szwedzka ( ) 100 g (GOR.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Klopsik drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos bazylkowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Dyńia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Curry dyniowo-ziemniaczane z ciecierzycą 350 g Salatka szwedzka ( ) 200 g (GOR.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ryżem ( ) 400 g Ziemniaki gotowane ( ) 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazylkowy (bez glutenu) ( ) 100 ml (SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	
		PD	Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE)									
2024-09-11 środa	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Jarzynowa z makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem ( ) RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	
		PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)									
2024-09-11 środa	Wartość energetyczna:	2540.19 kcal; Białko ogółem: 110.10 g; Tłuszcz: 85.38 g; Kw. tł. nasy.: 44.98 g; Węglowodany ogółem: 344.52 g; W tym cukry: 95.22 g; Błonnik pok.: 24.84 g; Sól: 9.42 g;	2520.90 kcal; Białko ogółem: 109.95 g; Tłuszcz: 85.64 g; Kw. tł. nasy.: 45.19 g; Węglowodany ogółem: 333.05 g; W tym cukry: 86.41 g; Błonnik pok.: 18.34 g; Sól: 6.77 g;	2550.08 kcal; Białko ogółem: 96.40 g; Tłuszcz: 82.24 g; Kw. tł. nasy.: 41.88 g; Węglowodany ogółem: 363.48 g; W tym cukry: 98.15 g; Błonnik pok.: 24.65 g; Sól: 7.62 g;	2659.48 kcal; Białko ogółem: 103.34 g; Tłuszcz: 82.07 g; Kw. tł. nasy.: 41.47 g; Węglowodany ogółem: 385.42 g; W tym cukry: 102.42 g; Błonnik pok.: 25.87 g; Sól: 7.35 g;	2522.56 kcal; Białko ogółem: 126.51 g; Tłuszcz: 121.37 g; Kw. tł. nasy.: 31.73 g; Węglowodany ogółem: 237.97 g; W tym cukry: 99.87 g; Błonnik pok.: 14.76 g; Sól: 4.07 g;	2435.86 kcal; Białko ogółem: 122.04 g; Tłuszcz: 82.49 g; Kw. tł. nasy.: 42.12 g; Węglowodany ogółem: 313.78 g; W tym cukry: 67.41 g; Błonnik pok.: 28.15 g; Sól: 8.95 g;	2592.74 kcal; Białko ogółem: 102.47 g; Tłuszcz: 78.92 g; Kw. tł. nasy.: 38.95 g; Węglowodany ogółem: 376.38 g; W tym cukry: 84.95 g; Błonnik pok.: 27.30 g; Sól: 9.55 g;	2341.98 kcal; Białko ogółem: 82.21 g; Tłuszcz: 80.92 g; Kw. tł. nasy.: 48.65 g; Węglowodany ogółem: 326.94 g; W tym cukry: 103.82 g; Błonnik pok.: 29.12 g; Sól: 8.70 g;	2095.08 kcal; Białko ogółem: 77.75 g; Tłuszcz: 81.56 g; Kw. tł. nasy.: 38.33 g; Węglowodany ogółem: 264.74 g; W tym cukry: 63.84 g; Błonnik pok.: 15.70 g; Sól: 3.26 g;	2733.08 kcal; Białko ogółem: 114.40 g; Tłuszcz: 110.82 g; Kw. tł. nasy.: 50.24 g; Węglowodany ogółem: 392.84 g; W tym cukry: 74.91 g; Błonnik pok.: 19.12 g; Sól: 8.99 g;	3115.73 kcal; Białko ogółem: 127.80 g; Tłuszcz: 117.90 g; Kw. tł. nasy.: 55.33 g; Węglowodany ogółem: 392.84 g; W tym cukry: 92.11 g; Błonnik pok.: 22.57 g; Sól: 11.34 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-15 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwostrawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb Graham 70 g (GLU PSZ), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska soltyśa wiewprzowa,wędzona ,parzona 50 g, Sałata 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 mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska soltyśa wiewprzowa,wędzona ,parzona 50 g, Sałata 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 mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska soltyśa wiewprzowa,wędzona ,parzona 50 g, Sałata lodowa 20 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska soltyśa wiewprzowa,wędzona ,parzona 50 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE), Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska soltyśa wiewprzowa,wędzona ,parzona 50 g, Sałata lodowa 20 g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Pomidor 80 g	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska soltyśa wiewprzowa,wędzona ,parzona 50 g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Ser topiony 50 g (MLE), Sałata lodowa 20 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g, Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska soltyśa wiewprzowa,wędzona ,parzona 50 g, Sałata lodowa 20 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska soltyśa wiewprzowa,wędzona ,parzona 50 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE), Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńska soltyśa wiewprzowa,wędzona ,parzona 50 g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Sok marchwiowy 200 ml
Tłuszcze							Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE)				Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Łazanki z kapusta i mięs wp z łopatką 350 g (GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR), Brokuł gotowany* 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Sos mięsno warzywny () (z mięsa wiewprzowego) 150g (GLU PSZ, SEL), Brokuł gotowany* 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Płynna odżywcza - barszcz czerwony z ziemniakami RYD 700 g (JAJ, SEL), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ), Sos mięsno warzywny () (z mięsa wiewprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL), Brokuł gotowany* 100 g, Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (SEL), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Makaron 200 g (GLU PSZ), Sos mięsno warzywny () (z mięsa wiewprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL), Brokuł gotowany* 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Makaron ze szpinakiem i twarogiem* 350 g (GLU PSZ, MLE), Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (SEL), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL), Makaron bezglutenowy 200 g, Sos mięsno warzywny () (z mięsa wiewprzowego) (bez glutenu) 150 g (SEL), Brokuł gotowany* 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Makaron 200 g (GLU PSZ), Sos mięsno warzywny () (z mięsa wiewprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL), Brokuł gotowany* 200 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD							Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE)				Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE)
Kolacja	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Pasztet z ciecierzycy () 70 g (GLU PSZ, JAJ, MLE), Pomidor 80 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Sałata zielona 20 g	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Twarożek 100 g (MLE), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Sałata zielona 20 g	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Twarożek 100 g (MLE), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Mus z jabłek () b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Twarożek 100 g (MLE), Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - ryżowa RYD 700 g (JAJ, SEL), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Pasztet z ciecierzycy () 70 g (GLU PSZ, JAJ, MLE), Pomidor 80 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml, Sałata zielona 20 g	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Twarożek 100 g (MLE), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml, Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Twarożek 100 g (MLE), Pomidor 80 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g, Masło 83% tł. 20 g (MLE), Twarożek 100 g (MLE), Pomidor 80 g, Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Sałata zielona 20 g	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Ser żółty 50 g (MLE), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml, Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Ser żółty 50 g (MLE), Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml, Mus z jabłek () b/c 100 g
PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE)				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE), Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszaný 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.), Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszaný 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.), Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2666.54 kcal; Białko ogółem: 96.87 g; Tłuszcz: 94.46 g; Kw. tł. nasy.: 40.04 g; Węglowodany ogółem: 366.30 g; W tym cukry: 81.78 g; Błonnik pok.: 34.72 g; Sól: 7.74 g;	Wartość energetyczna: 2477.17 kcal; Białko ogółem: 102.28 g; Tłuszcz: 78.84 g; Kw. tł. nasy.: 37.30 g; Węglowodany ogółem: 348.50 g; W tym cukry: 80.44 g; Błonnik pok.: 24.96 g; Sól: 6.58 g;	Wartość energetyczna: 2557.04 kcal; Białko ogółem: 101.89 g; Tłuszcz: 78.95 g; Kw. tł. nasy.: 37.75 g; Węglowodany ogółem: 367.26 g; W tym cukry: 85.00 g; Błonnik pok.: 26.68 g; Sól: 6.78 g;	Wartość energetyczna: 2688.39 kcal; Białko ogółem: 107.77 g; Tłuszcz: 78.58 g; Kw. tł. nasy.: 37.32 g; Węglowodany ogółem: 395.98 g; W tym cukry: 88.59 g; Błonnik pok.: 27.46 g; Sól: 6.50 g;	Wartość energetyczna: 2381.92 kcal; Białko ogółem: 110.08 g; Tłuszcz: 113.60 g; Kw. tł. nasy.: 27.19 g; Węglowodany ogółem: 225.74 g; W tym cukry: 92.70 g; Błonnik pok.: 18.96 g; Sól: 3.92 g;	Wartość energetyczna: 2568.55 kcal; Białko ogółem: 110.08 g; Tłuszcz: 94.09 g; Kw. tł. nasy.: 40.24 g; Węglowodany ogółem: 328.93 g; W tym cukry: 53.37 g; Błonnik pok.: 46.74 g; Sól: 8.21 g;	Wartość energetyczna: 2580.82 kcal; Białko ogółem: 110.47 g; Tłuszcz: 83.12 g; Kw. tł. nasy.: 41.20 g; Węglowodany ogółem: 356.04 g; W tym cukry: 55.31 g; Błonnik pok.: 31.66 g; Sól: 8.89 g;	Wartość energetyczna: 2697.69 kcal; Białko ogółem: 85.76 g; Tłuszcz: 95.73 g; Kw. tł. nasy.: 42.86 g; Węglowodany ogółem: 380.30 g; W tym cukry: 86.97 g; Błonnik pok.: 31.54 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 2024.59 kcal; Białko ogółem: 64.30 g; Tłuszcz: 73.31 g; Kw. tł. nasy.: 30.27 g; Węglowodany ogółem: 281.64 g; W tym cukry: 55.12 g; Błonnik pok.: 19.46 g; Sól: 2.89 g;	Wartość energetyczna: 2625.02 kcal; Białko ogółem: 98.66 g; Tłuszcz: 89.61 g; Kw. tł. nasy.: 45.06 g; Węglowodany ogółem: 365.06 g; W tym cukry: 81.59 g; Błonnik pok.: 26.68 g; Sól: 7.77 g;	Wartość energetyczna: 2963.24 kcal; Białko ogółem: 129.57 g; Tłuszcz: 102.00 g; Kw. tł. nasy.: 50.16 g; Węglowodany ogółem: 392.58 g; W tym cukry: 60.06 g; Błonnik pok.: 32.43 g; Sól: 10.11 g;



Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-15 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c	
Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Miód (25g) 2 szt Śliwka 180 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE)	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE)	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Kakao z mlekiem 250 ml (MLE)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Pomidor 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Miód (25g) 2 szt Kakao z mlekiem 250 ml (MLE)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE)	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE)	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE)
	Tłuszcz						Śliwka 180 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml				Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
Obiad	Kalaforowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalaforowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalaforowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 350 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, 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.) Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Warzywa po grecku (bez glutenu) () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalaforowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Warzywa po grecku (bez glutenu) () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalaforowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Warzywa po grecku (bez glutenu) () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalaforowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Warzywa po grecku (bez glutenu) () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD					Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (GLU PSZ, MLE.)					Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (GLU PSZ, MLE.)	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna 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) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	
	PN		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)	
	Wartość energetyczna: 2732.85 kcal; Białko ogółem: 99.30 g; Tłuszcz: 96.37 g; Kw. tł. nasy.: 39.72 g; Węglowodany ogółem: 376.96 g; W tym cukry: 84.42 g; Błonnik pok.: 24.85 g; Sól: 6.48 g;	Wartość energetyczna: 2566.50 kcal; Białko ogółem: 98.28 g; Tłuszcz: 79.97 g; Kw. tł. nasy.: 38.52 g; Węglowodany ogółem: 374.42 g; W tym cukry: 90.28 g; Błonnik pok.: 25.34 g; Sól: 5.62 g;	Wartość energetyczna: 2562.63 kcal; Białko ogółem: 101.83 g; Tłuszcz: 76.55 g; Kw. tł. nasy.: 37.43 g; Węglowodany ogółem: 378.10 g; W tym cukry: 93.20 g; Błonnik pok.: 26.12 g; Sól: 7.64 g;	Wartość energetyczna: 2777.50 kcal; Białko ogółem: 105.83 g; Tłuszcz: 80.66 g; Kw. tł. nasy.: 37.58 g; Węglowodany ogółem: 420.11 g; W tym cukry: 98.09 g; Błonnik pok.: 28.13 g; Sól: 7.78 g;	Wartość energetyczna: 2563.99 kcal; Białko ogółem: 130.90 g; Tłuszcz: 123.47 g; Kw. tł. nasy.: 32.91 g; Węglowodany ogółem: 238.99 g; W tym cukry: 103.92 g; Błonnik pok.: 14.91 g; Sól: 4.15 g;	Wartość energetyczna: 2414.49 kcal; Białko ogółem: 120.07 g; Tłuszcz: 83.88 g; Kw. tł. nasy.: 39.68 g; Węglowodany ogółem: 313.16 g; W tym cukry: 74.47 g; Błonnik pok.: 35.56 g; Sól: 7.29 g;	Wartość energetyczna: 2577.02 kcal; Białko ogółem: 116.27 g; Tłuszcz: 76.73 g; Kw. tł. nasy.: 38.39 g; Węglowodany ogółem: 370.17 g; W tym cukry: 92.63 g; Błonnik pok.: 30.25 g; Sól: 10.04 g;	Wartość energetyczna: 2538.23 kcal; Białko ogółem: 79.83 g; Tłuszcz: 79.90 g; Kw. tł. nasy.: 38.20 g; Węglowodany ogółem: 385.00 g; W tym cukry: 84.65 g; Błonnik pok.: 23.85 g; Sól: 5.55 g;	Wartość energetyczna: 2132.82 kcal; Białko ogółem: 62.55 g; Tłuszcz: 75.33 g; Kw. tł. nasy.: 31.01 g; Węglowodany ogółem: 308.44 g; W tym cukry: 62.25 g; Błonnik pok.: 20.02 g; Sól: 2.74 g;	Wartość energetyczna: 2561.27 kcal; Białko ogółem: 98.82 g; Tłuszcz: 80.15 g; Kw. tł. nasy.: 38.56 g; Węglowodany ogółem: 372.71 g; W tym cukry: 93.39 g; Błonnik pok.: 26.59 g; Sól: 6.59 g;	Wartość energetyczna: 2896.86 kcal; Białko ogółem: 129.54 g; Tłuszcz: 88.04 g; Kw. tł. nasy.: 43.72 g; Węglowodany ogółem: 411.83 g; W tym cukry: 109.28 g; Błonnik pok.: 31.76 g; Sól: 9.37 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-15 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwostrawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwostrawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c		
Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Chleb Graham 70 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane, wędz. parz w osłonce niejadalnej) 140 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Ketchup 20 g ( <u>SEL.</u> ) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Mix sałat 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Pomidor 80 g Mix sałat 20 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> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Serek homo o smaku naturalnym z zieleni 100 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Mix sałat 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Serek homo o smaku naturalnym z zieleni 100 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Sok pomidorowy 200 ml	
II SN	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )										Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )		
Obiad	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Pulpet drobiowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g ( <u>JAJ, SEL.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>PSZ</u> ) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>PSZ</u> ) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>PSZ</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml ( <u>SEL.</u> ) Ryz na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g ( <u>JAJ.</u> ) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD	Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml ( <u>MLE</u> )										Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml ( <u>MLE</u> )		
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Selerowa z makaronem () 400 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - selerowa z makaronem () RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	
PN	Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt ( <u>MLE</u> )										Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</u> ) Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</u> ) Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt ( <u>MLE</u> )
	Wartość energetyczna: 2759.29 kcal; Białko ogółem: 108.90 g; Tłuszcz: 99.87 g; Kw. tł. nasy.: 42.57 g; Węglowodany ogółem: 365.64 g; W tym cukry: 91.55 g; Błonnik pok.: 30.49 g; Sól: 11.75 g;	Wartość energetyczna: 2500.48 kcal; Białko ogółem: 98.18 g; Tłuszcz: 77.92 g; Kw. tł. nasy.: 34.90 g; Węglowodany ogółem: 362.60 g; W tym cukry: 87.35 g; Błonnik pok.: 27.62 g; Sól: 8.53 g;	Wartość energetyczna: 2529.23 kcal; Białko ogółem: 98.99 g; Tłuszcz: 67.07 g; Kw. tł. nasy.: 33.96 g; Węglowodany ogółem: 389.71 g; W tym cukry: 114.51 g; Błonnik pok.: 26.38 g; Sól: 8.84 g;	Wartość energetyczna: 2654.04 kcal; Białko ogółem: 101.00 g; Tłuszcz: 67.07 g; Kw. tł. nasy.: 33.31 g; Węglowodany ogółem: 422.90 g; W tym cukry: 120.17 g; Błonnik pok.: 30.81 g; Sól: 8.75 g;	Wartość energetyczna: 2443.39 kcal; Białko ogółem: 110.55 g; Tłuszcz: 115.42 g; Kw. tł. nasy.: 27.87 g; Węglowodany ogółem: 238.44 g; W tym cukry: 113.69 g; Błonnik pok.: 21.21 g; Sól: 4.82 g;	Wartość energetyczna: 2441.80 kcal; Białko ogółem: 110.55 g; Tłuszcz: 86.77 g; Kw. tł. nasy.: 37.83 g; Węglowodany ogółem: 319.16 g; W tym cukry: 67.37 g; Błonnik pok.: 33.91 g; Sól: 9.58 g;	Wartość energetyczna: 2518.79 kcal; Białko ogółem: 106.61 g; Tłuszcz: 70.60 g; Kw. tł. nasy.: 36.70 g; Węglowodany ogółem: 373.17 g; W tym cukry: 81.20 g; Błonnik pok.: 28.87 g; Sól: 11.47 g;	Wartość energetyczna: 2547.02 kcal; Białko ogółem: 101.98 g; Tłuszcz: 80.73 g; Kw. tł. nasy.: 39.90 g; Węglowodany ogółem: 358.41 g; W tym cukry: 86.80 g; Błonnik pok.: 36.77 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2071.09 kcal; Białko ogółem: 64.68 g; Tłuszcz: 73.50 g; Kw. tł. nasy.: 27.42 g; Węglowodany ogółem: 291.73 g; W tym cukry: 60.40 g; Błonnik pok.: 16.26 g; Sól: 4.35 g;	Wartość energetyczna: 2569.43 kcal; Białko ogółem: 96.61 g; Tłuszcz: 79.59 g; Kw. tł. nasy.: 41.50 g; Węglowodany ogółem: 374.83 g; W tym cukry: 114.80 g; Błonnik pok.: 25.41 g; Sól: 8.77 g;	Wartość energetyczna: 2876.65 kcal; Białko ogółem: 126.87 g; Tłuszcz: 92.42 g; Kw. tł. nasy.: 46.67 g; Węglowodany ogółem: 394.67 g; W tym cukry: 93.27 g; Błonnik pok.: 30.99 g; Sól: 12.06 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-15 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
2024-09-15 niedziela	Śniadanie	Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sałata lodowa 20 g Papryka świeża 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata lodowa 20 g Papryka świeża 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g
	II ŚN							Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml			Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
2024-09-15 niedziela	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Kolej schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z kapusty białej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Mięso (schab) mielone w sosie wł 100 g (GLU PSZ, SEL.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Warzywa po grecku () b/c 200 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Mięso (schab) mielone w sosie wł 100 g (GLU PSZ, SEL.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Warzywa po grecku () b/c 200 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - pomidorowa z makaronem () RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty białej z olejem () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Falafele klopsiki z ciecierzycy 100 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty białej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaki gotowane () 200 g Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL.) Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD							Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE)			Mleko UHT 200ml, 3,5%tł 1 Por (MLE)
2024-09-15 niedziela	Kolejka	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.)
	Wartość energetyczna: 2356.93 kcal; Białko ogółem: 91.05 g; Tłuszcz: 87.54 g; Kw. tł. nasy.: 39.92 g; Węglowodany ogółem: 312.98 g; W tym cukry: 67.99 g; Błonnik pok.: 27.29 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2005.28 kcal; Białko ogółem: 100.19 g; Tłuszcz: 56.13 g; Kw. tł. nasy.: 29.57 g; Węglowodany ogółem: 277.78 g; W tym cukry: 51.68 g; Błonnik pok.: 16.65 g; Sól: 6.03 g;	Wartość energetyczna: 2135.86 kcal; Białko ogółem: 98.41 g; Tłuszcz: 59.77 g; Kw. tł. nasy.: 30.12 g; Węglowodany ogółem: 312.19 g; W tym cukry: 62.58 g; Błonnik pok.: 27.32 g; Sól: 7.25 g;	Wartość energetyczna: 2624.22 kcal; Białko ogółem: 112.22 g; Tłuszcz: 75.31 g; Kw. tł. nasy.: 33.89 g; Węglowodany ogółem: 386.68 g; W tym cukry: 82.55 g; Błonnik pok.: 29.05 g; Sól: 7.34 g;	Wartość energetyczna: 2465.95 kcal; Białko ogółem: 123.46 g; Tłuszcz: 114.57 g; Kw. tł. nasy.: 27.35 g; Węglowodany ogółem: 240.94 g; W tym cukry: 91.79 g; Błonnik pok.: 18.01 g; Sól: 3.88 g;	Wartość energetyczna: 2273.13 kcal; Białko ogółem: 120.81 g; Tłuszcz: 78.76 g; Kw. tł. nasy.: 44.62 g; Węglowodany ogółem: 283.04 g; W tym cukry: 38.37 g; Błonnik pok.: 32.63 g; Sól: 8.25 g;	Wartość energetyczna: 2334.21 kcal; Białko ogółem: 113.73 g; Tłuszcz: 66.59 g; Kw. tł. nasy.: 35.21 g; Węglowodany ogółem: 331.90 g; W tym cukry: 39.45 g; Błonnik pok.: 33.07 g; Sól: 9.51 g;	Wartość energetyczna: 2258.68 kcal; Białko ogółem: 74.74 g; Tłuszcz: 84.31 g; Kw. tł. nasy.: 39.45 g; Węglowodany ogółem: 247.43 g; W tym cukry: 67.31 g; Błonnik pok.: 23.57 g; Sól: 5.65 g;	Wartość energetyczna: 1830.54 kcal; Białko ogółem: 78.73 g; Tłuszcz: 57.66 g; Kw. tł. nasy.: 26.59 g; Węglowodany ogółem: 247.43 g; W tym cukry: 42.88 g; Błonnik pok.: 11.41 g; Sól: 3.10 g;	Wartość energetyczna: 2166.73 kcal; Białko ogółem: 99.24 g; Tłuszcz: 69.00 g; Kw. tł. nasy.: 40.02 g; Węglowodany ogółem: 292.28 g; W tym cukry: 51.47 g; Błonnik pok.: 18.81 g; Sól: 7.98 g;	Wartość energetyczna: 2403.08 kcal; Białko ogółem: 114.36 g; Tłuszcz: 78.82 g; Kw. tł. nasy.: 47.13 g; Węglowodany ogółem: 315.99 g; W tym cukry: 29.54 g; Błonnik pok.: 24.56 g; Sól: 10.25 g;

### **Oznaczenia alergenów:**

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

### **Oznaczenia wskaźników odż:**

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

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 jęczmienne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb Graham 70 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wędziona, parzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</b> ) Salata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wędziona, parzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b> ) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</b> ) Salata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wędziona, parzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</b> ) Jabłko pieczone 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wędziona, parzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</b> ) Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</b> ) Chleb Graham 100 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wędziona, parzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b> ) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</b> ) Salata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wędziona, parzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b> ) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</b> ) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wędziona, parzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b> ) Ser zółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</b> ) Jabłko pieczone 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wędziona, parzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b> ) 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 ( <b>MLE.</b> ) Piersz delikatna z kurzej skórki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wędziona, parzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</b> ) Jabłko pieczone 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wędziona, parzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</b> ) Jabłko pieczone 150 g	
II SN	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )										Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	
Obiad	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą ( ) 200 g ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Surówka z selera i jabłka ( ) 200 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta 200 g ( <b>GLU, PSZ, SOJ, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU, PSZ, JAJ.</b> ) Sos koperkowy ( ) 100 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - brokułowa z ryżem ( ) RYD 700 g ( <b>JAJ, SEL.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą ( ) 200 g ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Surówka z selera i jabłka b/c ( ) 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU, PSZ, JAJ.</b> ) Sos koperkowy ( ) 100 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL.</b> ) Surówka z selera i jabłka b/c ( ) 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą ( ) 200 g ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Surówka z selera i jabłka ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* (bez glutenu) 200 g ( <b>SOJ, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* (bez glutenu) 200 g ( <b>SOJ, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g ( <b>GLU, PSZ, SOJ, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g ( <b>GLU, PSZ, SOJ, SEL.</b> ) 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 ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 100 g ( <b>RYB, MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	Roszonka 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu i ryby got. (morszczyk) z natką pietruszki 100 g ( <b>RYB, MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Jajzyna z makaronem dieta ( ) 400 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jaryżynowa z makaronem ( ) RYD 700 g ( <b>GLU, PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Roszonka 10 g Chleb Graham 100 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 100 g ( <b>RYB, MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml Pomidor 90 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Roszonka 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	Roszonka 10 g Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu i ryby got. (morszczyk) z natką pietruszki 100 g ( <b>RYB, MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	Roszonka 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <b>GLU, PSZ, MLE.</b> ) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <b>GLU, PSZ, MLE, GLU, ŻYT.</b> ) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <b>GLU, PSZ, MLE, GLU, ŻYT.</b> ) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	
	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: 2250,86 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.: 36,28 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: 2183,21 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.: 44,89 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.: 44,89 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) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Paszet Ciechanowski-Paszet drobiowy z dodatkami surowców wierzpizowych 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.) Bułka 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.) Bułka 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 Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (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.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Salata lodowa 20 g 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.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Paszet Ciechanowski-Paszet drobiowy z dodatkami surowców wierzpizowych 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 wierzpizowych 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.) Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE.)														
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.) Dyńna 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.) Dyńna 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 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.) Dyńna 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 200 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Dyńna 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.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (MLE.) Dyńna duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino (bez glutenu) ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Makaron bezglutenowy 200 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (MLE.) Dyńna 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.) Dyńna 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.) Dyńna duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (GLUPSZ, MLE.)	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.) Bułka 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.) Bułka 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.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (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 jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Płynna odżywcza - ziemniaczana ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) 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.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) 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.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Jajko gotowane k M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Paszet Ciechanowski-Paszet drobiowy z dodatkami surowców wierzpizowych pieczony 70 g (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) 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 jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) 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 jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mleko UHT 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.)	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.)					
PN	Rogal maślany 50g, 1 szt (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)																									
PN	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: 117,52 g; Tłuszcz: 90,46 g; Kw. tł. nasy.: 39,55 g; Węglowodany ogółem: 438,72 g; W tym cukry: 85,81 g; Błonnik pok.: 21,08 g; Sol: 9,01 g;	Wartość energetyczna: 127,78 g; Tłuszcz: 90,49 g; Kw. tł. nasy.: 32,16 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.: 41,03 g; Węglowodany ogółem: 226,61 g; W tym cukry: 108,41 g; Błonnik pok.: 21,92 g; Sol: 4,40 g;	Wartość energetyczna: 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: 10,00 g;	Wartość energetyczna: 115,93 g; Tłuszcz: 78,60 g; Kw. tł. nasy.: 41,00 g; Węglowodany ogółem: 347,60 g; W tym cukry: 78,44 g; Błonnik pok.: 23,51 g; Sol: 10,32 g;	Wartość energetyczna: 2686,51 kcal; Białko ogółem: 88,53 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: 1967,56 kcal; Białko ogółem: 73,69 g; Tłuszcz: 71,71 g; Kw. tł. nasy.: 41,82 g; Węglowodany ogółem: 258,25 g; W tym cukry: 47,42 g; Błonnik pok.: 15,30 g; Sol: 4,57 g;	Wartość energetyczna: 2805,95 kcal; Białko ogółem: 121,47 g; Tłuszcz: 88,08 g; Kw. tł. nasy.: 41,82 g; Węglowodany ogółem: 383,56 g; W tym cukry: 86,09 g; Błonnik pok.: 21,36 g; Sol: 8,70 g;	Wartość energetyczna: 2952,00 kcal; Białko ogółem: 134,39 g; Tłuszcz: 93,51 g; Kw. tł. nasy.: 47,30 g; Węglowodany ogółem: 397,51 g; W tym cukry: 96,68 g; Błonnik pok.: 24,56 g; Sol: 10,42 g;	Wartość energetyczna: 2952,00 kcal; Białko ogółem: 134,39 g; Tłuszcz: 93,51 g; Kw. tł. nasy.: 47,30 g; Węglowodany ogółem: 397,51 g; W tym cukry: 96,68 g; Błonnik pok.: 24,56 g; Sol: 10,42 g;	Wartość energetyczna: 2479,59 kcal; Białko ogółem: 127,15 g; Tłuszcz: 122,77 g; Kw. tł. nasy.: 41,03 g; Węglowodany ogółem: 226,61 g; W tym cukry: 108,41 g; Błonnik pok.: 21,92 g; Sol: 4,40 g;	Wartość energetyczna: 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: 10,00 g;	Wartość energetyczna: 115,93 g; Tłuszcz: 78,60 g; Kw. tł. nasy.: 41,00 g; Węglowodany ogółem: 347,60 g; W tym cukry: 78,44 g; Błonnik pok.: 23,51 g; Sol: 10,32 g;	Wartość energetyczna: 2686,51 kcal; Białko ogółem: 88,53 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: 1967,56 kcal; Białko ogółem: 73,69 g; Tłuszcz: 71,71 g; Kw. tł. nasy.: 41,82 g; Węglowodany ogółem: 258,25 g; W tym cukry: 47,42 g; Błonnik pok.: 15,30 g; Sol: 4,57 g;	Wartość energetyczna: 2805,95 kcal; Białko ogółem: 121,47 g; Tłuszcz: 88,08 g; Kw. tł. nasy.: 41,82 g; Węglowodany ogółem: 383,56 g; W tym cukry: 86,09 g; Błonnik pok.: 21,36 g; Sol: 8,70 g;	Wartość energetyczna: 2952,00 kcal; Białko ogółem: 134,39 g; Tłuszcz: 93,51 g; Kw. tł. nasy.: 47,30 g; Węglowodany ogółem: 397,51 g; W tym cukry: 96,68 g; Błonnik pok.: 24,56 g; Sol: 10,42 g;	Wartość energetyczna: 2479,59 kcal; Białko ogółem: 127,15 g; Tłuszcz: 122,77 g; Kw. tł. nasy.: 41,03 g; Węglowodany ogółem: 226,61 g; W tym cukry: 108,41 g; Błonnik pok.: 21,92 g; Sol: 4,40 g;	Wartość energetyczna: 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: 10,00 g;	Wartość energetyczna: 115,93 g; Tłuszcz: 78,60 g; Kw. tł. nasy.: 41,00 g; Węglowodany ogółem: 347,60 g; W tym cukry: 78,44 g; Błonnik pok.: 23,51 g; Sol: 10,32 g;	Wartość energetyczna: 2686,51 kcal; Białko ogółem: 88,53 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: 1967,56 kcal; Białko ogółem: 73,69 g; Tłuszcz: 71,71 g; Kw. tł. nasy.: 41,82 g; Węglowodany ogółem: 258,25 g; W tym cukry: 47,42 g; Błonnik pok.: 15,30 g; Sol: 4,57 g;	Wartość energetyczna: 2805,95 kcal; Białko ogółem: 121,47 g; Tłuszcz: 88,08 g; Kw. tł. nasy.: 41,82 g; Węglowodany ogółem: 383,56 g; W tym cukry: 86,09 g; Błonnik pok.: 21,36 g; Sol: 8,70 g;	Wartość energetyczna: 2952,00 kcal; Białko ogółem: 134,39 g; Tłuszcz: 93,51 g; Kw. tł. nasy.: 47,30 g; Węglowodany ogółem: 397,51 g; W tym cukry: 96,68 g; Błonnik pok.: 24,56 g; Sol: 10,42 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>Sniadanie</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 Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem 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 Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem 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 Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)</p> <p>Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna duża krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok pomidorowy 200ml</p> <p>Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU, OW.) Kawa zbożowa z mlekiem 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.) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem 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.) Ser żółty 50 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok pomidorowy 200ml</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 Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)</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.) Ser żółty 50 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok pomidorowy 200ml</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.) Kotlet mielony drobiowy 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) 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 ml (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 Zapiekanek 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.) 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>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 Sałata 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 Sałata 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 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 Sałata 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 Sałata 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 Sałata lodowa 20 g</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>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: 99.50 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 twarogu ze szczypiorkiem 100 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Sałata 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 twarogu ze szczypiorkiem 100 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) 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 twarogu ze szczypiorkiem 100 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata 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.) Surowka wykwinna z olejem b/c 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemiacczana () 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.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Leczo z drobiem-dieta () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemiacczana () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Leczo z drobiem-dieta () 200 g Surowka 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 Surowka wykwinna z olejem b/c 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemiacczana (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		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
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 Sałatka 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 Sałatka 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 Sałatka 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.) Sałatka 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 Sałatka 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 ( <b>może zawierać: MLE.</b> )				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 ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	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 ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )
	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; Węglowodany ogółem: 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
II ŚN	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 mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) 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 mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko 150 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Dżem brzoskwinowy 60 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekkiem 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 mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekkiem 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 ziołami 100 g (MLE.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Dżem brzoskwinowy 60 g Kawa zbożowa z mlekkiem 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 mlekkiem 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 mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g
						Śliwka 180 g	Jogurt 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.) Salatka 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.) Salatka z kapusty czerwonej z olejem ( ) 200 g 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.) Salatka 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	
							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 Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z białek 100 g (JAJ, MLE.) 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	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 Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z białek 100 g (JAJ, MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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	Salata 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
			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.)
PN	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: 389,90 g; W tym cukry: 86,00 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.: 49,06 g; Węglowodany ogółem: 300,06 g; W tym cukry: 70,76 g; Błonnik pok.: 33,29 g; Sól: 7,32 g;	Wartość energetyczna: 2804,95 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 ŚN	<p>Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) 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, GLU ZYT.) Musztarda 20 g (GOR.) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g</p>									
		<p>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</p>									
Obiad	<p>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</p>										
	<p>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</p>										
PD	<p>Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml</p>										
	<p>Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml</p>										
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 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</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 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</p>										
PN	<p>Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt ( może zawierać: MLE.)</p>										
	<p>Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)</p>										
<p>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;</p>											
<p>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;</p>											
<p>Wartość energetyczna: 2490,35 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;</p>											
<p>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;</p>											
<p>Wartość energetyczna: 2489,92 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;</p>											
<p>Wartość energetyczna: 2372,44 kcal; Białko ogółem: 101,02 g; Tłuszcz: 85,12 g; Kw. tł. nasy.: 36,41 g; Węglowodany ogółem: 339,20 g; W tym cukry: 69,48 g; Błonnik pok.: 34,40 g; Sól: 9,45 g;</p>											
<p>Wartość energetyczna: 2527,66 kcal; Białko ogółem: 74,76 g; Tłuszcz: 80,09 g; Kw. tł. nasy.: 33,09 g; Węglowodany ogółem: 374,40 g; W tym cukry: 84,63 g; Błonnik pok.: 37,92 g; Sól: 5,23 g;</p>											
<p>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;</p>											
<p>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;</p>											
<p>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;</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	
II SN	Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Salata kielbasa wieprzowo-wolowa drobno rozdrobniona surowo wędzona,dojrzewająca, wędzona. 50 g (SOJ, SEL, GOR.) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	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 sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) 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 sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU OW.) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Mus z jabłek () b/c 100 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 sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Ser żółty 50 g (MLE.) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g	
Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlety sojowe 100 g (SOJ.) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)										Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (MLE.) Salata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb 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.) Twarożek 100 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Jarzynowa z ryżem dieta () 400ml (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser topiony 50 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser topiony 50 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	
PN	Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )					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 ( <b>może zawierać: MLE.</b> )		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 ( <b>może zawierać: MLE.</b> )		Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )
	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: 109,32 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: 199,77 kcal; Białko ogółem: 85,11 g; Tłuszcz: 76,34 g; Kw. tł. nasy.: 33,63 g; Węglowodany ogółem: 244,95 g; W tym cukry: 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	Sniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ) Bulka pszenno-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	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bulka pszenno-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	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bulka pszenno-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	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Bulka 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	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	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	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	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bulka pszenno-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	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	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bulka pszenno-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 b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) 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					
	II SN	Kisiel o smaku malinowym b/c 200 ml															
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek ( )z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek ( )z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Płynna odżywcza - barszcz czerwony z ziemniakami ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek ( ) b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek ( )z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek ( )z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek ( )z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek ( )z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD	Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE.)															
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bulka pszenno-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	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bulka pszenno-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	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bulka pszenno-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	Bulka 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	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.) 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	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	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bulka pszenno-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	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	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bulka pszenno-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	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bulka pszenno-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	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml			
	PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł. 1 Por (MLE.)		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł. 1 Por (MLE.)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł. 1 Por (MLE.)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł. 1 Por (MLE.)		Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł. 1 Por (MLE.)		Wafle ryżowe 20 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł. 1 Por (MLE.)		Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł. 1 Por (MLE.)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł. 1 Por (MLE.)	
		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;	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;	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;	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;	Wartość energetyczna: 2571.78 kcal; Białko ogółem: 131.17 g; Tłuszcz: 123.23 g; Kw. tł. nasy.: 32.27 g; Węglowodany ogółem: 244.35 g; W tym cukry: 110.22 g; Błonnik pok.: 21.98 g; Sól: 4.46 g;	Wartość energetyczna: 2111.00 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;	Wartość energetyczna: 2226.86 kcal; Białko ogółem: 211.00 kcal; Białko ogółem: 83.24 g; Tłuszcz: 72.28 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;	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;	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: 52.70 g; Błonnik pok.: 16.66 g; Sól: 2.77 g;	Wartość energetyczna: 2541.10 kcal; Białko ogółem: 82.17 g; Tłuszcz: 78.01 g; Kw. tł. nasy.: 49.35 g; Węglowodany ogółem: 386.05 g; W tym cukry: 83.32 g; Błonnik pok.: 22.25 g; Sól: 8.17 g;	Wartość energetyczna: 2538.84 kcal; Białko ogółem: 88.77 g; Tłuszcz: 82.33 g; Kw. tł. nasy.: 49.35 g; Węglowodany ogółem: 370.56 g; W tym cukry: 67.49 g; Błonnik pok.: 24.64 g; Sól: 9.56 g;					

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-16 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 przysw.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) Pierś delikatna z kurzej skórki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Kawa zbożowa z mlekami z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Pomidor 80 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) Pierś delikatna z kurzej skórki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekami z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Płatki jęczmieńne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurzej skórki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekami z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Płatki jęczmieńne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekami z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Pierś delikatna z kurzej skórki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU, JECZ.) Kawa zbożowa z mlekami z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekami b/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Pierś delikatna z kurzej skórki 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 (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekami b/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Pierś delikatna z kurzej skórki 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 (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) Pierś delikatna z kurzej skórki 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	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurzej skórki 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 (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) Pierś delikatna z kurzej skórki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Kawa zbożowa z mlekami z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmieńne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pierś delikatna z kurzej skórki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Kawa zbożowa z mlekami b/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
II SN						Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)
Obiad	Jarzynowa z zacierką ( ) 400 ml (GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Filet z kurczaka pieczony 100g (GLU, PSZ) Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką ( ) 400 ml (GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU, PSZ) Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką ( ) 400 ml (GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Mięso drobiowe (filet z kurczaka) mielone 100 g (GLU, PSZ) Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką ( ) 400 ml (GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z zacierką ( ) RYD 700 g (GLUPSZ, JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką ( ) 400 ml (GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Filet z kurczaka pieczony 100g (GLU, PSZ) Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem ( ) 100 g Surowka wielowarzywna z olejem b/c ( ) 100 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką ( ) 400 ml (GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Kotlety z buraka i kaszy jęczmieńnej 300 g (GLU, PSZ, JAJ, GLU, JECZ.) Surowka wielowarzywna z olejem b/c ( ) 200 g (SEL.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką ( ) 400 ml (GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU, PSZ) Surowka wielowarzywna z olejem b/c ( ) 200 g (SEL.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU, PSZ) Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką ( ) 400 ml (GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU, PSZ) Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką ( ) 400 ml (GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU, PSZ) Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD						Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
Kolacja	Rzodkiew biała 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek naturalny Bieluch 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ryżowa ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Serek naturalny Bieluch 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - ryżowa ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Rzodkiew biała 80 g Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek naturalny Bieluch 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Rzodkiew biała 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g
PN		Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU, PSZ, MLE)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU, ŻYT.) Mus owocowo-warzywny 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.: 26.23 g; Węglowodany ogółem: 251.54 g; W tym cukry: 40.44 g; Błonnik pok.: 22.42 g; Sól: 3.64 g;	Wartość energetyczna: 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 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 ŚN	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb Graham 70 g (GLU, PSZ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser topiony 50 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU, OW.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g (MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Ser topiony 50 g (MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Ser topiony 50 g (MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok pomidorowy 200 ml
	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml										Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
Obiad	Kapuśniak z kapusty białej ( ) 400 ml (GLUPSZ, SEL, GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JECZ.) Pieczeń ryżyska wiewprzowa 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Surowka z marchwi z olejem b/c ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JECZ.) Pieczeń ryżyska wiewprzowa 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JECZ.) Pieczeń ryżyska wiewprzowa 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Surowka z marchwi z olejem b/c ( ) 200 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JECZ.) Pieczeń ryżyska wiewprzowa 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Curry warzywne z ciecierzycą ( ) 150 g (GLU, PSZ, SEL.) Surowka z marchwi z olejem b/c ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JECZ.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy (bez glutenu) ( ) 100 ml (SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty białej ( ) 400 ml (GLU, PSZ, SEL, GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JECZ.) Pieczeń ryżyska wiewprzowa 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Kapuśniak z kapusty białej ( ) 400 ml (GLU, PSZ, SEL, GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JECZ.) Pieczeń ryżyska wiewprzowa 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy ( ) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE.)										Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE.)
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Paprykarz szczebiński 100 g (RYB, SOJ.) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny ( ) 100 g (RYB, SOJ.) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Polegawka premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. ( ) 100 g (SEL.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Polegawka premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Jarzynowa z makaronem dieta ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. ( ) 100 g (SEL.)	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem ( ) RYD 700 g (GLU, PSZ, JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Paprykarz szczebiński 100 g (RYB, SOJ.) 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 mieszana pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Polegawka premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. ( ) 100 g (SEL.)	Chleb bezglutenowy 100 g (MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Polegawka premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser topiony 50 g (MLE.) Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Polegawka premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. ( ) 100 g (SEL.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Polegawka premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. ( ) 100 g (SEL.)
	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)										Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)
PN											
	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 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 z ogr.łatwo przys.węgl/łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ,) Chleb Graham 70 g ( <u>GLU PSZ</u> ,) 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> ,) 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> ,) Twarożek 100 g ( <u>MLE</u> ,) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ,) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ,)	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ,) Twarożek 100 g ( <u>MLE</u> ,) Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ,) Twarożek 100 g ( <u>MLE</u> ,) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ,) Serek śniadaniowy ze 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> ,) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ,) Sok pomidorowy 200 ml
II SN	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 Sós 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 Sós 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 Sós 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> ,) Sós 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 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ,) Pieczeń wołowa 100 g Sós własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ,) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem() 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ,) Pieczeń wołowa 100 g Sós własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ,) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,) Frittata z jajkiem 350 g ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ,) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ,) Makaron bezglutenowy 200 g Pieczeń wołowa 100 g Sós 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 Sós 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 Sós własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ,) Brokuł gotowany* 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> ,) Pasztet 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> ,) 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 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 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ,) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną, 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
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> ,)
	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: 298,37 g; W tym cukry: 68,12 g; Błonnik pok.: 25,18 g; Sol: 8,78 g;	Wartość energetyczna: 2271,41 kcal; Białko ogółem: 73,29 g; Tłuszcz: 87,49 g; Kw. tł. nasy.: 46,63 g; Węglowodany ogółem: 298,37 g; W tym cukry: 68,82 g; Błonnik pok.: 20,23 g; 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 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) 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.) 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 jaj z natką pietruszki i cebulą 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					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	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	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb Graham 70 g (GLU, PSZ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser zółty 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser zółty 50 g (MLE.) Szynka soltysa wierzprowa,wędzona parzona 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser zółty 50 g (MLE.) Szynka soltysa wierzprowa,wędzona parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka soltysa 20 g Wierprowa,wędzona parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU, OW.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser zółty 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka soltysa wierzprowa,wędzona parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata lodowa 20 g	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser zółty 50 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser zółty 50 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN					Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kociłek meksykański z kurczakiem i fasolą 350 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte ( ) 200 g (GLU, PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - koperkowa z ziemniakami ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) ( ) 200 g (GLU, PSZ.) Surówka z selera i jabłka z olejem ( ) b/c 100 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) ( ) 200 g (GLU, PSZ.) Surówka z selera i jabłka z olejem ( ) b/c 100 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 350 g (GLU, PSZ.) Surówka z selera i jabłka z olejem ( ) 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (JAJ.) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (MLE.) Sałatka z buraczek i jabłka z olejem ( ) 200 g (GLU, PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte ( ) 200 g (GLU, PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy ( ) 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte ( ) 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.) Pasztet Ciecchanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wierzprowych pieczony 70 g (GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłone niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłone niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłone niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłone niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłone niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Polewica premium-wędlna dr. średnio rozd. 50 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłone niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłone niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.) Wafle ryżowe 20 g		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb 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.) Wafle ryżowe 20 g			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: 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;	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;	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;	Wartość energetyczna: 1762,31 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;	Wartość energetyczna: 2475,68 kcal; Białko ogółem: 104,47 g; Tłuszcz: 90,49 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;	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;	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;	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;	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;	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;

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>GLUPSZ</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> )	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-żytnia 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 Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) 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>GLUPSZ, 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>GLUPSZ, 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>GLUPSZ, 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>GLUPSZ, 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>GLUPSZ, 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>GLUPSZ, 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> ) Jabłko pieczone 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 Jabłko pieczone 150 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLUPSZ</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 zieleni 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 zieleni 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 wielowarzynny 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 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, GLU ŻYT</u> ) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2260.15 kcal; Białko ogółem: 86.17 g; Tłuszcz: 75.78 g; Kw. tł. nasy.: 35.52 g; Węglowodany ogółem: 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: 331.79 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: 9.28 g;	Wartość energetyczna: 2292.56 kcal; Białko ogółem: 66.18 g; Tłuszcz: 98.14 g; Kw. tł. nasy.: 42.28 g; Węglowodany ogółem: 292.56 g; W tym cukry: 74.63 g; Błonnik pok.: 25.22 g; Sól: 6.32 g;	Wartość energetyczna: 2031.45 kcal; Białko ogółem: 72.32 g; Tłuszcz: 70.38 g; Kw. tł. nasy.: 30.92 g; Węglowodany ogółem: 285.41 g; W tym cukry: 68.42 g; Błonnik pok.: 26.56 g; Sól: 3.95 g;	Wartość energetyczna: 2210.49 kcal; Białko ogółem: 94.11 g; Tłuszcz: 69.28 g; Kw. tł. nasy.: 34.02 g; Węglowodany ogółem: 315.84 g; W tym cukry: 79.65 g; Błonnik pok.: 32.55 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 2378.96 kcal; Białko ogółem: 108.35 g; Tłuszcz: 73.16 g; Kw. tł. nasy.: 35.49 g; Węglowodany ogółem: 335.79 g; W tym cukry: 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,  
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,  
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,  
MCK - Mięczaki i pochodne,  
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,  
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,  
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,  
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

### **Oznaczenia wskaźników odż.:**

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

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczy	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.tłuszczy	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-09-30 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb Graham 70 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek kiszony 80 g Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Sok marchwiowy 200 ml
	II SN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml									
Obiad	Fasolowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Naleśnik z serem 350 g ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE</u> ) Mus zjabłek (j)/z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Mus zjabłek (j)/z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - wiosenna z ziemniakami ( ) RYD 700 g ( <u>JAJ, SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Makaron półroczniasty 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE</u> ) Mus z jabłek ( ) b/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE</u> ) Mus z jabłek ( ) b/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE</u> ) Mus z jabłek (j)/z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Makaron bezglutenowy 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE</u> ) Mus z jabłek (j)/z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE</u> ) Mus z jabłek (j)/z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami (bez glutenu)( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Makaron bezglutenowy 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE</u> ) Mus z jabłek (j)/z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Mus z jabłek (j)/z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Mus z jabłek ( ) b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD	Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml ( <u>MLE</u> )										
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ) Jarzynowa z ryżem dieta ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem ( ) RYD 700 g ( <u>JAJ, SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt
PN	Przecier owocowo-warzynny jablko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE</u> )			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Przecier owocowo-warzynny jablko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE</u> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT</u> ) Przecier owocowo-warzynny jablko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE</u> )	Przecier owocowo-warzynny jablko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE</u> )	Przecier owocowo-warzynny jablko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE</u> )	Przecier owocowo-warzynny jablko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE</u> )	Przecier owocowo-warzynny jablko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE</u> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT</u> ) Przecier owocowo-warzynny jablko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE</u> )
	Wartość energetyczna: 2829.39 kcal; Białko ogółem: 107.13 g; Tłuszcz: 86.10 g; Kw. tł. nasy.: 38.95 g; Węglowodany ogółem: 417.34 g; W tym cukry: 103.68 g; Błonnik pok.: 29.02 g; Sól: 7.89 g;	Wartość energetyczna: 2264.54 kcal; Białko ogółem: 65.76 g; Tłuszcz: 66.53 g; Kw. tł. nasy.: 36.04 g; Węglowodany ogółem: 336.87 g; W tym cukry: 75.02 g; Błonnik pok.: 21.35 g; Sól: 6.43 g;	Wartość energetyczna: 2354.81 kcal; Białko ogółem: 95.19 g; Tłuszcz: 63.72 g; Kw. tł. nasy.: 34.42 g; Węglowodany ogółem: 352.28 g; W tym cukry: 79.58 g; Błonnik pok.: 23.24 g; Sól: 6.48 g;	Wartość energetyczna: 2466.51 kcal; Białko ogółem: 101.25 g; Tłuszcz: 63.38 g; Kw. tł. nasy.: 33.98 g; Węglowodany ogółem: 376.08 g; W tym cukry: 83.79 g; Błonnik pok.: 24.51 g; Sól: 6.21 g;	Wartość energetyczna: 2493.41 kcal; Białko ogółem: 125.63 g; Tłuszcz: 122.64 g; Kw. tł. nasy.: 32.19 g; Węglowodany ogółem: 232.63 g; W tym cukry: 106.99 g; Błonnik pok.: 22.39 g; Sól: 5.02 g;	Wartość energetyczna: 2231.15 kcal; Białko ogółem: 94.65 g; Tłuszcz: 69.06 g; Kw. tł. nasy.: 35.55 g; Węglowodany ogółem: 316.13 g; W tym cukry: 60.59 g; Błonnik pok.: 34.38 g; Sól: 7.66 g;	Wartość energetyczna: 2272.96 kcal; Białko ogółem: 90.28 g; Tłuszcz: 60.84 g; Kw. tł. nasy.: 33.66 g; Węglowodany ogółem: 342.48 g; W tym cukry: 66.15 g; Błonnik pok.: 22.57 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2667.54 kcal; Białko ogółem: 93.69 g; Tłuszcz: 96.49 g; Kw. tł. nasy.: 38.32 g; Węglowodany ogółem: 362.11 g; W tym cukry: 71.65 g; Błonnik pok.: 25.85 g; Sól: 7.76 g;	Wartość energetyczna: 1804.33 kcal; Białko ogółem: 48.17 g; Tłuszcz: 60.42 g; Kw. tł. nasy.: 28.82 g; Węglowodany ogółem: 267.39 g; W tym cukry: 47.98 g; Błonnik pok.: 13.58 g; Sól: 2.64 g;	Wartość energetyczna: 2266.78 kcal; Białko ogółem: 78.57 g; Tłuszcz: 66.67 g; Kw. tł. nasy.: 36.98 g; Węglowodany ogółem: 361.23 g; W tym cukry: 79.88 g; Błonnik pok.: 25.20 g; Sól: 6.59 g;	Wartość energetyczna: 2454.12 kcal; Białko ogółem: 78.57 g; Tłuszcz: 66.67 g; Kw. tł. nasy.: 36.98 g; Węglowodany ogółem: 389.12 g; W tym cukry: 81.03 g; Błonnik pok.: 27.62 g; Sól: 8.13 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczy	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.tłuszczy	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Sniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (MLE.) Sałatka zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Papryka świeża 80 g	Zacierka na mleku 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z twaroguz koperkiem 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałatka zielona 20 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, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Mus z jabłek (b/c) 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Mus z jabłek (b/c) 100 g	Zacierka na mleku 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Papryka świeża 80 g Sałatka zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z twaroguz koperkiem 100 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Sałatka zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Mus z jabłek (b/c) 100 g	Zacierka na mleku 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Sałatka zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z twaroguz koperkiem 100 g (MLE.) Sałatka 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.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Mus z jabłek (b/c) 100 g	Zacierka na mleku 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Mus z jabłek (b/c) 100 g
II SN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml										Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
Obiad	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100g (GLU PSZ.) Sos meksykański 100 g (GLU PSZ.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100g (GLU PSZ.) Sos własny ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Bitka z szynki wieprzowej 100g (GLU PSZ.) Sos własny ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane ( ) 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 Bitka z szynki wieprzowej 100g (GLU PSZ.) Sos własny ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z selera i jabłka b/c ( ) 100 g (MLE, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100g (GLU PSZ.) Sos własny ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Gulasz szejowy z warzywami ( ) 200 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bitka z szynki wieprzowej (bez glutenu) 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)										Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)
Kolacja	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Galaretką drobiowa z udzka kurczaka ( ) 120 g (SEL.) Sałatka zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Galaretką drobiowa z udzka kurczaka ( ) 120 g (SEL.) Sok pomidorowy 200 ml 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.) Galaretką drobiowa z udzka kurczaka ( ) 120 g (SEL.) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Galaretką drobiowa z udzka kurczaka ( ) 120 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Galaretką drobiowa z udzka kurczaka ( ) 120 g (SEL.) Ziemniaczana ( ) 400 ml Sałatka 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.) Galaretką drobiowa z udzka kurczaka ( ) 120 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Tofu 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałatka zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rodz.wędz.parzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałatka zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Galaretką drobiowa z udzka kurczaka ( ) 120 g (SEL.) 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.) Galaretką drobiowa z udzka kurczaka ( ) 120 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.) Rogal maślany 50g, 1 szt (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.) 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.)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb 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: 2864,07 kcal; Białko ogółem: 118,17 g; Tłuszcz: 104,41 g; Kw. tł. nasy.: 51,31 g; Węglowodany ogółem: 375,41 g; W tym cukry: 80,65 g; Błonnik pok.: 28,74 g; Sól: 6,71 g;	Wartość energetyczna: 2758,39 kcal; Białko ogółem: 121,34 g; Tłuszcz: 95,60 g; Kw. tł. nasy.: 42,61 g; Węglowodany ogółem: 363,95 g; W tym cukry: 80,22 g; Błonnik pok.: 24,32 g; Sól: 6,70 g;	Wartość energetyczna: 3007,26 kcal; Białko ogółem: 132,48 g; Tłuszcz: 89,29 g; Kw. tł. nasy.: 43,98 g; Węglowodany ogółem: 432,60 g; W tym cukry: 90,36 g; Błonnik pok.: 30,39 g; Sól: 7,03 g;	Wartość energetyczna: 2471,18 kcal; Białko ogółem: 127,47 g; Tłuszcz: 122,64 g; Kw. tł. nasy.: 32,12 g; Węglowodany ogółem: 223,27 g; W tym cukry: 103,51 g; Błonnik pok.: 18,45 g; Sól: 4,23 g;	Wartość energetyczna: 2377,97 kcal; Białko ogółem: 115,95 g; Tłuszcz: 86,53 g; Kw. tł. nasy.: 42,11 g; Węglowodany ogółem: 301,24 g; W tym cukry: 68,20 g; Błonnik pok.: 35,55 g; Sól: 7,07 g;	Wartość energetyczna: 2437,83 kcal; Białko ogółem: 109,11 g; Tłuszcz: 78,66 g; Kw. tł. nasy.: 40,87 g; Węglowodany ogółem: 335,81 g; W tym cukry: 74,59 g; Błonnik pok.: 28,16 g; Sól: 6,68 g;	Wartość energetyczna: 2697,17 kcal; Białko ogółem: 107,75 g; Tłuszcz: 88,78 g; Kw. tł. nasy.: 47,46 g; Węglowodany ogółem: 372,56 g; W tym cukry: 78,34 g; Błonnik pok.: 34,47 g; Sól: 5,41 g;	Wartość energetyczna: 2097,40 kcal; Białko ogółem: 116,39 g; Tłuszcz: 96,36 g; Kw. tł. nasy.: 35,22 g; Węglowodany ogółem: 258,40 g; W tym cukry: 53,20 g; Błonnik pok.: 16,15 g; Sól: 4,26 g;	Wartość energetyczna: 2801,56 kcal; Białko ogółem: 129,09 g; Tłuszcz: 100,19 g; Kw. tł. nasy.: 52,75 g; Węglowodany ogółem: 378,85 g; W tym cukry: 82,76 g; Błonnik pok.: 26,75 g; Sól: 7,11 g;	Wartość energetyczna: 2874,53 kcal; Białko ogółem: 129,09 g; Tłuszcz: 100,19 g; Kw. tł. nasy.: 54,12 g; Węglowodany ogółem: 377,20 g; W tym cukry: 81,60 g; Błonnik pok.: 29,22 g; Sól: 8,57 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 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	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszaný 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, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt
II SN						Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko pieczone 150 g
Obiad	Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem diety () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem diety () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Surówka wielowarzynna z olejem b/c () 100 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem diety () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Surówka wielowarzynna z olejem () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (JAJ.) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (MLE.) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem diety () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE.)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE.)
Kolacja	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Paprykarz szcześciński 100 g (RYB, SOJ.) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzynny () 100 g (RYB.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Gryśkowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Gryśkowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - gryskowa () RYD 700 g (GLUPSZ, JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Paprykarz szcześciński 100 g (RYB, SOJ.) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok marchwiowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzynny () 100 g (RYB.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	
PN	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (MLE, GLU OW.)			Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE.) Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (MLE, GLU OW.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (MLE, GLU OW.)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g 1 szt (MLE, GLU OW.)		Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (MLE, GLU OW.)	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (MLE, GLU OW.)
	Wartość energetyczna: 2389,19 kcal; Białko ogółem: 99,00 g; Tłuszcz: 79,27 g; Kw. tł. nasy.: 35,37 g; Węglowodany ogółem: 330,83 g; W tym cukry: 63,78 g; Błonnik pok.: 24,57 g; Sól: 9,64 g;	Wartość energetyczna: 2312,54 kcal; Białko ogółem: 95,69 g; Tłuszcz: 68,33 g; Kw. tł. nasy.: 34,80 g; Węglowodany ogółem: 339,28 g; W tym cukry: 70,50 g; Błonnik pok.: 24,85 g; Sól: 7,38 g;	Wartość energetyczna: 2373,32 kcal; Białko ogółem: 91,13 g; Tłuszcz: 72,55 g; Kw. tł. nasy.: 35,01 g; Węglowodany ogółem: 348,39 g; W tym cukry: 99,01 g; Błonnik pok.: 25,80 g; Sól: 8,86 g;	Wartość energetyczna: 2461,77 kcal; Białko ogółem: 95,72 g; Tłuszcz: 69,16 g; Kw. tł. nasy.: 32,96 g; Węglowodany ogółem: 376,54 g; W tym cukry: 108,38 g; Błonnik pok.: 26,61 g; Sól: 8,57 g;	Wartość energetyczna: 2454,48 kcal; Białko ogółem: 123,91 g; Tłuszcz: 80,58 g; Kw. tł. nasy.: 27,64 g; Węglowodany ogółem: 310,44 g; W tym cukry: 90,42 g; Błonnik pok.: 14,81 g; Sól: 5,95 g;	Wartość energetyczna: 2290,24 kcal; Białko ogółem: 96,54 g; Tłuszcz: 80,58 g; Kw. tł. nasy.: 34,99 g; Węglowodany ogółem: 310,44 g; W tym cukry: 64,75 g; Błonnik pok.: 32,91 g; Sól: 10,09 g;	Wartość energetyczna: 2321,11 kcal; Białko ogółem: 88,71 g; Tłuszcz: 70,39 g; Kw. tł. nasy.: 34,49 g; Węglowodany ogółem: 343,52 g; W tym cukry: 79,00 g; Błonnik pok.: 33,43 g; Sól: 9,96 g;	Wartość energetyczna: 2437,93 kcal; Białko ogółem: 98,97 g; Tłuszcz: 89,79 g; Kw. tł. nasy.: 47,95 g; Węglowodany ogółem: 318,86 g; W tym cukry: 74,03 g; Błonnik pok.: 22,24 g; Sól: 8,08 g;	Wartość energetyczna: 1856,37 kcal; Białko ogółem: 65,27 g; Tłuszcz: 62,99 g; Kw. tł. nasy.: 26,31 g; Węglowodany ogółem: 266,01 g; W tym cukry: 51,56 g; Błonnik pok.: 18,67 g; Sól: 3,83 g;	Wartość energetyczna: 2450,14 kcal; Białko ogółem: 97,04 g; Tłuszcz: 81,42 g; Kw. tł. nasy.: 44,26 g; Węglowodany ogółem: 340,18 g; W tym cukry: 89,14 g; Błonnik pok.: 20,91 g; Sól: 8,37 g;	Wartość energetyczna: 2675,88 kcal; Białko ogółem: 108,54 g; Tłuszcz: 86,23 g; Kw. tł. nasy.: 47,76 g; Węglowodany ogółem: 374,95 g; W tym cukry: 85,49 g; Błonnik pok.: 29,31 g; Sól: 9,85 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb Graham 70 g (GLU, PSZ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser topiony 50 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Bułka pszenno-żytnia 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - sniadanie RYD 700 g (MLE, GLU, OW.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek topiony 50 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml
II SN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml										
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL, GLU, ZYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU, JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU, PSZ.) Salatka szwedzka () 200 g (GOR.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU, JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU, PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU, JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU, PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL, GLU, ZYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU, JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU, PSZ.) Salatka szwedzka () 100 g (GOR.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU, JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU, PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU, JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU, PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL.) Kaszotto jaglane z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU, ZYT.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU, PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL.) Kaszotto jaglane z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU, ZYT.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU, PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL, GLU, ZYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU, JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU, PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE.)										
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Piers delikatna z kurzej skórki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Salatka jarzynowa - dieta () 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, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Piers delikatna z kurzej skórki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 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, ZYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Piers delikatna z kurzej skórki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE, SEL.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Piers delikatna z kurzej skórki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE, SEL.)	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Piers delikatna z kurzej skórki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 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, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Piers delikatna z kurzej skórki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE, SEL.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser topiony 50 g (MLE.) Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Piers delikatna z kurzej skórki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 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, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Piers delikatna z kurzej skórki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salatka jarzynowa z olejem () 100 g (SEL.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Piers delikatna z kurzej skórki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Salatka jarzynowa z olejem () 100 g (SEL.)
PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)										
	Kanaпка 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.)					Kanaпка z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU, ZYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)					
	Wartość energetyczna: 2652.34 kcal; Białko ogółem: 101.67 g; Tłuszcz: 101.24 g; Kw. tł. nasy.: 49.32 g; Węglowodany ogółem: 349.76 g; W tym cukry: 78.52 g; Błonnik pok.: 34.92 g; Sól: 10.62 g;	Wartość energetyczna: 2575.19 kcal; Białko ogółem: 106.39 g; Tłuszcz: 91.43 g; Kw. tł. nasy.: 40.14 g; Węglowodany ogółem: 345.83 g; W tym cukry: 74.79 g; Błonnik pok.: 30.28 g; Sól: 6.94 g;	Wartość energetyczna: 2606.37 kcal; Białko ogółem: 106.63 g; Tłuszcz: 91.20 g; Kw. tł. nasy.: 40.08 g; Węglowodany ogółem: 352.09 g; W tym cukry: 82.09 g; Błonnik pok.: 30.66 g; Sól: 7.16 g;	Wartość energetyczna: 2718.07 kcal; Białko ogółem: 112.69 g; Tłuszcz: 90.86 g; Kw. tł. nasy.: 39.64 g; Węglowodany ogółem: 375.89 g; W tym cukry: 86.30 g; Błonnik pok.: 31.93 g; Sól: 6.89 g;	Wartość energetyczna: 2450.41 kcal; Białko ogółem: 124.60 g; Tłuszcz: 124.04 g; Kw. tł. nasy.: 32.19 g; Węglowodany ogółem: 217.50 g; W tym cukry: 100.38 g; Błonnik pok.: 17.75 g; Sól: 4.09 g;	Wartość energetyczna: 2360.49 kcal; Białko ogółem: 105.56 g; Tłuszcz: 82.84 g; Kw. tł. nasy.: 39.66 g; Węglowodany ogółem: 314.73 g; W tym cukry: 66.81 g; Błonnik pok.: 36.95 g; Sól: 8.31 g;	Wartość energetyczna: 2505.61 kcal; Białko ogółem: 100.16 g; Tłuszcz: 86.70 g; Kw. tł. nasy.: 39.18 g; Węglowodany ogółem: 342.45 g; W tym cukry: 72.52 g; Błonnik pok.: 30.96 g; Sól: 8.28 g;	Wartość energetyczna: 2697.95 kcal; Białko ogółem: 92.36 g; Tłuszcz: 109.54 g; Kw. tł. nasy.: 46.31 g; Węglowodany ogółem: 341.04 g; W tym cukry: 74.40 g; Błonnik pok.: 35.93 g; Sól: 7.02 g;	Wartość energetyczna: 2135.99 kcal; Białko ogółem: 74.42 g; Tłuszcz: 84.64 g; Kw. tł. nasy.: 32.96 g; Węglowodany ogółem: 276.57 g; W tym cukry: 49.34 g; Błonnik pok.: 20.69 g; Sól: 3.64 g;	Wartość energetyczna: 2707.07 kcal; Białko ogółem: 98.77 g; Tłuszcz: 106.96 g; Kw. tł. nasy.: 49.06 g; Węglowodany ogółem: 349.60 g; W tym cukry: 82.57 g; Błonnik pok.: 31.50 g; Sól: 8.16 g;	Wartość energetyczna: 2929.04 kcal; Białko ogółem: 115.62 g; Tłuszcz: 112.59 g; Kw. tł. nasy.: 50.14 g; Węglowodany ogółem: 376.64 g; W tym cukry: 81.41 g; Błonnik pok.: 33.92 g; Sól: 9.50 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 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
2024-10-04 piątek	Sniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Chleb Graham 70 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Dżem jagodowy 25g 2 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Gruszka 150 g Dżem jagodowy 25g 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Twarożek 50 g ( <u>MLE,</u> )	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Dżem jagodowy 25g 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Twarożek 50 g ( <u>MLE,</u> )	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLUPSZ,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Dżem jagodowy 25g 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Twarożek 50 g ( <u>MLE,</u> )	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> )	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE,</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Twarożek 100 g ( <u>MLE,</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Dżem jagodowy 25g 2 szt Gruszka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Jabłko pieczone 150 g	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml ( <u>MLE,</u> ) Twarożek 50 g ( <u>MLE,</u> )	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Dżem jagodowy 25g 2 szt Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml ( <u>MLE,</u> ) Twarożek 50 g ( <u>MLE,</u> )	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE,</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Jabłko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE,</u> )	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE,</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Jabłko pieczone 150 g
		II ŚN					Gruszka 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )			
2024-10-04 piątek	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ) Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g ( <u>SEL,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ) Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g ( <u>SEL,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - szpinakowa z zacierką () RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ) Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g ( <u>SEL,</u> ) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ) Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g ( <u>SEL,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ) Sos pieczarkowy 100 ml ( <u>PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g ( <u>SEL,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk)(bez glutenu) 100 g ( <u>JAJ, RYB,</u> ) Sos koperkowy * 100 ml ( <u>MLE,</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g ( <u>SEL,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100g ( <u>GLUPSZ, JAJ, RYB,</u> ) Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g ( <u>SEL,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100g ( <u>GLUPSZ, JAJ, RYB,</u> ) Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g ( <u>SEL,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
		PD					Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml ( <u>MLE,</u> )				
2024-10-04 piątek	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> ) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100g ( <u>JAJ, MLE, GOR,</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> ) Pasta z białek 100 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Seterowa z makaronem () 400 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - selerowa z makaronem () RYD 700 g ( <u>GLUPSZ, JAJ, SEL,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g ( <u>JAJ, MLE, GOR,</u> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z białek 100 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g ( <u>JAJ, MLE, GOR,</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g ( <u>JAJ, MLE, GOR,</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> ) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g ( <u>JAJ, MLE, GOR,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	
		PN		Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb różowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,</u> ) Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt		Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2792.67 kcal; Białko ogółem: 109.31 g; Tłuszcz: 95.62 g; Kw. tł. nasy.: 33.58 g; Węglowodany ogółem: 386.65 g; W tym cukry: 125.66 g; Błonnik pok.: 28.43 g; Sol: 6.18 g;	Wartość energetyczna: 2681.52 kcal; Białko ogółem: 101.83 g; Tłuszcz: 90.91 g; Kw. tł. nasy.: 38.17 g; Węglowodany ogółem: 378.56 g; W tym cukry: 124.57 g; Błonnik pok.: 30.38 g; Sol: 7.10 g;	Wartość energetyczna: 2725.26 kcal; Białko ogółem: 110.76 g; Tłuszcz: 90.42 g; Kw. tł. nasy.: 39.08 g; Węglowodany ogółem: 381.82 g; W tym cukry: 126.67 g; Błonnik pok.: 30.89 g; Sol: 8.16 g;	Wartość energetyczna: 2863.09 kcal; Białko ogółem: 118.60 g; Tłuszcz: 90.44 g; Kw. tł. nasy.: 38.70 g; Węglowodany ogółem: 411.11 g; W tym cukry: 132.19 g; Błonnik pok.: 35.20 g; Sol: 8.04 g;	Wartość energetyczna: 2446.38 kcal; Białko ogółem: 109.53 g; Tłuszcz: 98.66 g; Kw. tł. nasy.: 46.07 g; Węglowodany ogółem: 300.12 g; W tym cukry: 69.84 g; Błonnik pok.: 36.57 g; Sol: 7.89 g;	Wartość energetyczna: 2582.72 kcal; Białko ogółem: 120.17 g; Tłuszcz: 93.05 g; Kw. tł. nasy.: 41.60 g; Węglowodany ogółem: 331.34 g; W tym cukry: 129.70 g; Błonnik pok.: 32.51 g; Sol: 9.54 g;	Wartość energetyczna: 2924.74 kcal; Białko ogółem: 99.34 g; Tłuszcz: 109.35 g; Kw. tł. nasy.: 40.81 g; Węglowodany ogółem: 388.18 g; W tym cukry: 99.44 g; Błonnik pok.: 29.15 g; Sol: 5.48 g;	Wartość energetyczna: 2136.18 kcal; Białko ogółem: 51.22 g; Tłuszcz: 83.00 g; Kw. tł. nasy.: 30.58 g; Węglowodany ogółem: 305.78 g; W tym cukry: 99.44 g; Błonnik pok.: 24.23 g; Sol: 3.45 g;	Wartość energetyczna: 2537.37 kcal; Białko ogółem: 94.26 g; Tłuszcz: 77.93 g; Kw. tł. nasy.: 34.09 g; Węglowodany ogółem: 379.66 g; W tym cukry: 124.26 g; Błonnik pok.: 30.89 g; Sol: 7.55 g;	Wartość energetyczna: 2789.81 kcal; Białko ogółem: 124.28 g; Tłuszcz: 101.38 g; Kw. tł. nasy.: 47.45 g; Węglowodany ogółem: 362.46 g; W tym cukry: 85.42 g; Błonnik pok.: 33.28 g; Sol: 10.10 g;	



Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 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		
2024-10-05 sobota	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 ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> )	Płatki jęczmieńne na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU, JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> )	Płatki jęczmieńne na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU, JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmieńne 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 debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> )	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <u>MLE, GLU JECZ.</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> ) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> ) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmieńne na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU, JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> )	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki jęczmieńne na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU, JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> ) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmieńne na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU, JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> ) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
	II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml											
Obiad	Koperkowa z ryżem () 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Mięso wołowe mielone w sosie w 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - koperkowa z ryżem () RYD 700 g ( <u>JAJ, SEL.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa (bez glutenu) 100 g Sos jarzynowy (bez glutenu) 100 ml ( <u>SEL.</u> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa (bez glutenu) 100 g Sos jarzynowy (bez glutenu) 100 ml ( <u>SEL.</u> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) 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 ZYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pasztet z soczewicy () 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU 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> ) Mus z jabłek () b/c 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU 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> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ) Ziemniaczana () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g ( <u>JAJ, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pasztet z soczewicy () 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ) Mus z jabłek () b/c 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Mus z jabłek () b/c 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	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> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pasztet z soczewicy () 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 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> ) 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 ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g											
	Wartość energetyczna: 2699.02 kcal; Białko ogółem: 110.63 g; Tłuszcz: 92.38 g; Kw. tł. nasy.: 40.03 g; Węglowodany ogółem: 372.13 g; W tym cukry: 78.60 g; Błonnik pok.: 33.98 g; Sól: 9.46 g;	Wartość energetyczna: 2546.94 kcal; Białko ogółem: 112.62 g; Tłuszcz: 78.07 g; Kw. tł. nasy.: 38.79 g; Węglowodany ogółem: 360.33 g; W tym cukry: 77.35 g; Błonnik pok.: 26.24 g; Sól: 7.73 g;	Wartość energetyczna: 2581.19 kcal; Białko ogółem: 113.72 g; Tłuszcz: 77.80 g; Kw. tł. nasy.: 38.72 g; Węglowodany ogółem: 366.09 g; W tym cukry: 78.57 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 7.71 g;	Wartość energetyczna: 2745.49 kcal; Białko ogółem: 120.11 g; Tłuszcz: 77.17 g; Kw. tł. nasy.: 31.94 g; Węglowodany ogółem: 405.16 g; W tym cukry: 100.45 g; Błonnik pok.: 19.36 g; Sól: 4.99 g;	Wartość energetyczna: 2513.79 kcal; Białko ogółem: 107.90 g; Tłuszcz: 86.89 g; Kw. tł. nasy.: 38.99 g; Węglowodany ogółem: 342.14 g; W tym cukry: 76.08 g; Błonnik pok.: 35.06 g; Sól: 9.07 g;	Wartość energetyczna: 2447.98 kcal; Białko ogółem: 123.40 g; Tłuszcz: 122.04 g; Kw. tł. nasy.: 31.94 g; Węglowodany ogółem: 405.16 g; W tym cukry: 100.45 g; Błonnik pok.: 19.36 g; Sól: 4.99 g;	Wartość energetyczna: 2496.84 kcal; Białko ogółem: 106.57 g; Tłuszcz: 74.20 g; Kw. tł. nasy.: 37.94 g; Węglowodany ogółem: 360.21 g; W tym cukry: 72.92 g; Błonnik pok.: 26.92 g; Sól: 8.33 g;	Wartość energetyczna: 2679.42 kcal; Białko ogółem: 83.99 g; Tłuszcz: 99.69 g; Kw. tł. nasy.: 45.59 g; Węglowodany ogółem: 377.13 g; W tym cukry: 81.48 g; Błonnik pok.: 34.73 g; Sól: 9.32 g;	Wartość energetyczna: 2096.51 kcal; Białko ogółem: 75.11 g; Tłuszcz: 76.26 g; Kw. tł. nasy.: 32.07 g; Węglowodany ogółem: 285.05 g; W tym cukry: 49.06 g; Błonnik pok.: 21.37 g; Sól: 3.94 g;	Wartość energetyczna: 2640.69 kcal; Białko ogółem: 106.32 g; Tłuszcz: 88.80 g; Kw. tł. nasy.: 46.79 g; Węglowodany ogółem: 363.69 g; W tym cukry: 74.87 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 8.72 g;	Wartość energetyczna: 2840.73 kcal; Białko ogółem: 113.40 g; Tłuszcz: 92.98 g; Kw. tł. nasy.: 50.23 g; Węglowodany ogółem: 398.49 g; W tym cukry: 90.06 g; Błonnik pok.: 29.86 g; Sól: 10.20 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 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	Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 70 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 100 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 100 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko pieczone 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <b>MLE.</b> ) Bulka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 100 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 100 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Jabłko pieczone 150 g
II SN						Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
Obiad	Rosół z makaronem ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Sznajki gotowane z olejem* 200 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Gryskowa ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Sznajki gotowane z olejem* 200 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udło gotowane z kurczaka 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos koperkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Sznajki gotowane z olejem* 200 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - rosół z makaronem ( ) RYD 700 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, SEL.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udło gotowane 1szt. 210 g Sznajki gotowane z olejem* 200 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Gryskowa ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udło gotowane 1szt. 210 g Sznajki gotowane z olejem* 200 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Gryskowa ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Kotlet z jaj 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem (bez glutenu) ( ) 400 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udło gotowane 1szt. 210 g Sznajki gotowane z olejem (bez glutenu)* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udło gotowane 1szt. 210 g Sznajki gotowane z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Udło gotowane 1szt. 210 g Sznajki gotowane z olejem (bez glutenu)* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD						Kefir 2 % tł 200g 1 szt ( <b>MLE.</b> )					Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Sznajki dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Sznajki dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Sznajki dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jarzynowa z ryżem dieta ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem ( ) RYD 700 g ( <b>JAJ, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Sznajki dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Sznajki dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Hummus 100 g ( <b>SEZ.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Sznajki dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Sznajki dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Sznajki dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	
PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <b>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</b> ) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt ( <b>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</b> ) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	
	Wartość energetyczna: 2508,11 kcal; Białko ogółem: 121,70 g; Tłuszcz: 106,21 g; Kw. tł. nasy.: 47,81 g; Węglowodany ogółem: 277,16 g; W tym cukry: 54,09 g; Błonnik pok.: 24,84 g; Sól: 7,88 g;	Wartość energetyczna: 2418,07 kcal; Białko ogółem: 116,18 g; Tłuszcz: 88,91 g; Kw. tł. nasy.: 39,00 g; Węglowodany ogółem: 295,52 g; W tym cukry: 63,09 g; Błonnik pok.: 21,06 g; Sól: 6,87 g;	Wartość energetyczna: 2368,17 kcal; Białko ogółem: 109,78 g; Tłuszcz: 85,28 g; Kw. tł. nasy.: 37,89 g; Węglowodany ogółem: 297,70 g; W tym cukry: 86,76 g; Błonnik pok.: 21,37 g; Sól: 7,75 g;	Wartość energetyczna: 123,45 kcal; Białko ogółem: 104,85 g; Tłuszcz: 70,68 g; Kw. tł. nasy.: 35,20 g; Węglowodany ogółem: 386,40 g; W tym cukry: 86,76 g; Błonnik pok.: 24,77 g; Sól: 8,11 g;	Wartość energetyczna: 2471,94 kcal; Białko ogółem: 134,01 g; Tłuszcz: 114,29 g; Kw. tł. nasy.: 27,33 g; Węglowodany ogółem: 241,63 g; W tym cukry: 88,93 g; Błonnik pok.: 16,77 g; Sól: 3,81 g;	Wartość energetyczna: 2485,08 kcal; Białko ogółem: 134,01 g; Tłuszcz: 106,90 g; Kw. tł. nasy.: 50,87 g; Węglowodany ogółem: 259,14 g; W tym cukry: 43,07 g; Błonnik pok.: 29,33 g; Sól: 8,37 g;	Wartość energetyczna: 2470,43 kcal; Białko ogółem: 124,73 g; Tłuszcz: 91,10 g; Kw. tł. nasy.: 42,30 g; Węglowodany ogółem: 294,88 g; W tym cukry: 56,27 g; Błonnik pok.: 23,76 g; Sól: 9,22 g;	Wartość energetyczna: 2504,52 kcal; Białko ogółem: 122,19 g; Tłuszcz: 101,80 g; Kw. tł. nasy.: 34,99 g; Węglowodany ogółem: 329,16 g; W tym cukry: 66,65 g; Błonnik pok.: 24,59 g; Sól: 6,76 g;	Wartość energetyczna: 2266,27 kcal; Białko ogółem: 94,63 g; Tłuszcz: 90,45 g; Kw. tł. nasy.: 36,01 g; Węglowodany ogółem: 271,01 g; W tym cukry: 54,39 g; Błonnik pok.: 15,90 g; Sól: 3,94 g;	Wartość energetyczna: 2500,51 kcal; Białko ogółem: 119,96 g; Tłuszcz: 101,19 g; Kw. tł. nasy.: 47,31 g; Węglowodany ogółem: 286,42 g; W tym cukry: 45,03 g; Błonnik pok.: 21,84 g; Sól: 8,82 g;	Wartość energetyczna: 2639,98 kcal; Białko ogółem: 126,39 g; Tłuszcz: 106,82 g; Kw. tł. nasy.: 48,39 g; Węglowodany ogółem: 292,85 g; W tym cukry: 63,17 g; Błonnik pok.: 24,23 g; Sól: 10,12 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 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	
2024-10-07 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb Graham 70 g (GLU, PSZ, SEL, GOR.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szyńska sojowa wiewprzowa,wędzona parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Salata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szyńska sojowa wiewprzowa,wędzona parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Salata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szyńska sojowa wiewprzowa,wędzona parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE, GLU, OW.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szyńska sojowa wiewprzowa,wędzona parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/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.) Szyńska sojowa wiewprzowa,wędzona parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szyńska sojowa wiewprzowa,wędzona parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser topiony 50 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser topiony 50 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Sok marchwiowy 200 ml	
	II SN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml										
	Obiad	Wielowarzynna z ziemniakami ( ) 400 ml ( GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ryz na sypko 200 g Mus z jabłek (z/c) 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Płynna odżywcza - sofferino ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszzonej ( ) 400 ml (GLU, PSZ, SEL, GOR.) Ryz na sypko 200 g Mus z jabłek ( ) b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzynna z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ryz 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	Wielowarzynna z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ryz 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	Wielowarzynna z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ryz 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	Wielowarzynna z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ryz na sypko 200 g Mus z jabłek (z/c) 80 g Sos jogurtowy naturalny 100g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszzonej ( ) 400 ml (GLU, PSZ, SEL, GOR.) Ryz na sypko 200 g Mus z jabłek (z/c) 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszzonej ( ) 400 ml (GLU, PSZ, SEL, GOR.) Ryz na sypko 200 g Mus z jabłek (z/c) 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml ( MLE.)										
	Kolacja	Mix sałat 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z twarogu i papryki 100 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Mix sałat 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g(tubka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Grycikowa ( ) 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g(tubka) 1 szt	Płynna odżywcza - grycikowa ( ) RYD 700 g (GLU, PSZ, JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Mix sałat 20 g Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z twarogu i papryki 100 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g(tubka) 1 szt	Mix sałat 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Mix sałat 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g(tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g(tubka) 1 szt
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb rżony 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU, PSZ, MLE.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU, ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.) Wafle ryżowe 20 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU, PSZ, MLE, GLU, ŻYT.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	
		Wartość energetyczna: 2442,97 kcal; Białko ogółem: 90,37 g; Tłuszcz: 81,51 g; Kw. tł. nasy.: 42,23 g; Węglowodany ogółem: 344,89 g; W tym cukry: 71,09 g; Błonnik pok.: 27,05 g; Sól: 8,06 g;	Wartość energetyczna: 2358,50 kcal; Białko ogółem: 88,76 g; Tłuszcz: 72,44 g; Kw. tł. nasy.: 40,46 g; Węglowodany ogółem: 346,21 g; W tym cukry: 72,35 g; Błonnik pok.: 19,24 g; Sól: 5,91 g;	Wartość energetyczna: 2401,28 kcal; Białko ogółem: 89,42 g; Tłuszcz: 70,71 g; Kw. tł. nasy.: 37,81 g; Węglowodany ogółem: 363,45 g; W tym cukry: 88,67 g; Błonnik pok.: 18,77 g; Sól: 6,02 g;	Wartość energetyczna: 2453,47 kcal; Białko ogółem: 89,42 g; Tłuszcz: 69,09 g; Kw. tł. nasy.: 37,23 g; Węglowodany ogółem: 376,95 g; W tym cukry: 91,74 g; Błonnik pok.: 19,58 g; Sól: 5,67 g;	Wartość energetyczna: 2463,35 kcal; Białko ogółem: 126,38 g; Tłuszcz: 124,49 g; Kw. tł. nasy.: 32,23 g; Węglowodany ogółem: 218,06 g; W tym cukry: 101,67 g; Błonnik pok.: 18,09 g; Sól: 4,09 g;	Wartość energetyczna: 2353,28 kcal; Białko ogółem: 91,03 g; Tłuszcz: 79,78 g; Kw. tł. nasy.: 42,85 g; Węglowodany ogółem: 329,20 g; W tym cukry: 68,26 g; Błonnik pok.: 32,27 g; Sól: 8,87 g;	Wartość energetyczna: 2417,48 kcal; Białko ogółem: 81,91 g; Tłuszcz: 68,68 g; Kw. tł. nasy.: 38,52 g; Węglowodany ogółem: 375,75 g; W tym cukry: 85,26 g; Błonnik pok.: 20,10 g; Sól: 7,95 g;	Wartość energetyczna: 2396,30 kcal; Białko ogółem: 82,08 g; Tłuszcz: 81,20 g; Kw. tł. nasy.: 44,84 g; Węglowodany ogółem: 342,07 g; W tym cukry: 67,07 g; Błonnik pok.: 18,57 g; Sól: 6,97 g;	Wartość energetyczna: 1910,23 kcal; Białko ogółem: 52,18 g; Tłuszcz: 65,05 g; Kw. tł. nasy.: 32,71 g; Węglowodany ogółem: 281,42 g; W tym cukry: 47,41 g; Błonnik pok.: 12,49 g; Sól: 2,95 g;	Wartość energetyczna: 2505,95 kcal; Białko ogółem: 74,00 g; Tłuszcz: 86,06 g; Kw. tł. nasy.: 46,14 g; Węglowodany ogółem: 367,56 g; W tym cukry: 88,76 g; Błonnik pok.: 21,36 g; Sól: 7,36 g;	Wartość energetyczna: 2794,42 kcal; Białko ogółem: 85,97 g; Tłuszcz: 92,92 g; Kw. tł. nasy.: 51,21 g; Węglowodany ogółem: 413,95 g; W tym cukry: 98,48 g; Błonnik pok.: 24,81 g; Sól: 6,66 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 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	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ, PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Tofu 50 g (SOJ.) Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Roszponka 10 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Sok pomidorowy 200 ml	
II SN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml											
Obiad	Grochowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEJCZ.) Zrazik wołowy mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z rzepy białej i jabłka ( ) 200 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEJCZ.) Zrazik wołowy mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - wielowarzynna z ziemniakami ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEJCZ.) Zrazik wołowy mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem ( ) 100 g Surówka z rzepy białej i jabłka ( ) 100 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEJCZ.) Zrazik wołowy mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEJCZ.) Gulasz z soczewicy i papryki ( ) 200 g (GLUPSZ, SEL.) Surówka z rzepy białej i jabłka ( ) 200 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEJCZ.) Zrazik wołowy mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEJCZ.) Zrazik wołowy mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU PSZ, JAJ.) Zrazik wołowy mielony 100 g (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		
PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)											
Kolacja	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z makreli wędzonej z warzywami (*) 100 g (RYB, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Ogórek kiszony 80 g	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami ( ) 100 g (RYB, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Ziemniaczana ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ, MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Płynna odżywcza - ziemniaczana ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Salata zielona 20 g Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z makreli wędzonej z warzywami (*) 100 g (RYB, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Salata zielona 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami ( ) 100 g (RYB, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	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 Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	
PN	Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt											
	Kanáпка z szynką drobiową RYD (chleb rązowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt					Kanáпка z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt					Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanáпка z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2733,98 kcal; Białko ogółem: 111,00 g; Tłuszcz: 96,73 g; Kw. tł. nasy.: 40,59 g; Węglowodany ogółem: 370,77 g; W tym cukry: 61,18 g; Błonnik pok.: 38,54 g; Sól: 9,92 g;	Wartość energetyczna: 2466,78 kcal; Białko ogółem: 104,29 g; Tłuszcz: 75,41 g; Kw. tł. nasy.: 34,45 g; Węglowodany ogółem: 357,50 g; W tym cukry: 72,26 g; Błonnik pok.: 35,48 g; Sól: 7,38 g;	Wartość energetyczna: 2440,36 kcal; Białko ogółem: 98,34 g; Tłuszcz: 70,21 g; Kw. tł. nasy.: 34,70 g; Węglowodany ogółem: 367,96 g; W tym cukry: 69,34 g; Błonnik pok.: 34,85 g; Sól: 9,41 g;	Wartość energetyczna: 2669,14 kcal; Białko ogółem: 106,65 g; Tłuszcz: 69,90 g; Kw. tł. nasy.: 34,25 g; Węglowodany ogółem: 419,95 g; W tym cukry: 73,53 g; Błonnik pok.: 38,44 g; Sól: 9,17 g;	Wartość energetyczna: 2313,35 kcal; Białko ogółem: 120,17 g; Tłuszcz: 113,84 g; Kw. tł. nasy.: 27,23 g; Węglowodany ogółem: 288,70 g; W tym cukry: 91,86 g; Błonnik pok.: 19,70 g; Sól: 3,88 g;	Wartość energetyczna: 2564,21 kcal; Białko ogółem: 105,23 g; Tłuszcz: 92,28 g; Kw. tł. nasy.: 39,62 g; Węglowodany ogółem: 346,52 g; W tym cukry: 66,79 g; Błonnik pok.: 41,85 g; Sól: 9,65 g;	Wartość energetyczna: 2479,46 kcal; Białko ogółem: 96,33 g; Tłuszcz: 69,07 g; Kw. tł. nasy.: 35,12 g; Węglowodany ogółem: 383,09 g; W tym cukry: 66,47 g; Błonnik pok.: 37,45 g; Sól: 11,40 g;	Wartość energetyczna: 2449,20 kcal; Białko ogółem: 83,97 g; Tłuszcz: 75,73 g; Kw. tł. nasy.: 36,01 g; Węglowodany ogółem: 372,43 g; W tym cukry: 68,37 g; Błonnik pok.: 36,40 g; Sól: 5,23 g;	Wartość energetyczna: 2025,45 kcal; Białko ogółem: 72,90 g; Tłuszcz: 69,47 g; Kw. tł. nasy.: 27,51 g; Węglowodany ogółem: 285,89 g; W tym cukry: 46,89 g; Błonnik pok.: 27,19 g; Sól: 3,69 g;	Wartość energetyczna: 2572,95 kcal; Białko ogółem: 102,26 g; Tłuszcz: 77,75 g; Kw. tł. nasy.: 35,90 g; Węglowodany ogółem: 382,79 g; W tym cukry: 66,35 g; Błonnik pok.: 40,12 g; Sól: 8,00 g;	Wartość energetyczna: 2939,22 kcal; Białko ogółem: 123,99 g; Tłuszcz: 86,06 g; Kw. tł. nasy.: 38,61 g; Węglowodany ogółem: 435,40 g; W tym cukry: 73,68 g; Błonnik pok.: 43,52 g; Sól: 10,16 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 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	
2024-10-09 Środa	II ŚN	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE.) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE.) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE.) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE.) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g
			Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml									
2024-10-09 Środa	Obiad	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Klopsik drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos bazyliowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Dymia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Klopsik drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos bazyliowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Dymia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z olejem 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ryżem () 400 g (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy (bez glutenu) () 100 ml (SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
		Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE.)										Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE.)
2024-10-09 Środa	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurzej skórki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurzej skórki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurzej skórki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurzej skórki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Jarzynowa z makaronem (dieta) () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (MLE.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurzej skórki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurzej skórki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (MLE.) Pierś delikatna z kurzej skórki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurzej skórki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	
		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)										Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)
2024-10-09 Środa	PN	Wartość energetyczna: 2592.93 kcal; Białko ogółem: 109.88 g; Tłuszcz: 93.10 g; Kw. tł. nasy.: 45.52 g; Węglowodany ogółem: 339.96 g; W tym cukry: 81.64 g; Błonnik pok.: 23.34 g; Sól: 9.44 g;	Wartość energetyczna: 2520.90 kcal; Białko ogółem: 109.95 g; Tłuszcz: 85.64 g; Kw. tł. nasy.: 45.19 g; Węglowodany ogółem: 333.05 g; W tym cukry: 86.41 g; Błonnik pok.: 18.34 g; Sól: 6.77 g;	Wartość energetyczna: 2550.08 kcal; Białko ogółem: 96.40 g; Tłuszcz: 82.24 g; Kw. tł. nasy.: 41.88 g; Węglowodany ogółem: 363.48 g; W tym cukry: 98.15 g; Błonnik pok.: 24.65 g; Sól: 7.62 g;	Wartość energetyczna: 2659.48 kcal; Białko ogółem: 103.34 g; Tłuszcz: 82.07 g; Kw. tł. nasy.: 41.47 g; Węglowodany ogółem: 385.42 g; W tym cukry: 99.87 g; Błonnik pok.: 14.76 g; Sól: 4.07 g;	Wartość energetyczna: 2462.23 kcal; Białko ogółem: 126.51 g; Tłuszcz: 121.37 g; Kw. tł. nasy.: 42.39 g; Węglowodany ogółem: 237.97 g; W tym cukry: 84.95 g; Błonnik pok.: 27.40 g; Sól: 8.96 g;	Wartość energetyczna: 2592.74 kcal; Białko ogółem: 121.93 g; Tłuszcz: 86.35 g; Kw. tł. nasy.: 42.39 g; Węglowodany ogółem: 311.50 g; W tym cukry: 84.95 g; Błonnik pok.: 27.30 g; Sól: 9.55 g;	Wartość energetyczna: 2594.72 kcal; Białko ogółem: 81.99 g; Tłuszcz: 78.92 g; Kw. tł. nasy.: 38.95 g; Węglowodany ogółem: 322.38 g; W tym cukry: 100.24 g; Błonnik pok.: 27.62 g; Sól: 8.72 g;	Wartość energetyczna: 2095.08 kcal; Białko ogółem: 77.75 g; Tłuszcz: 81.56 g; Kw. tł. nasy.: 38.33 g; Węglowodany ogółem: 264.74 g; W tym cukry: 63.84 g; Błonnik pok.: 15.70 g; Sól: 3.26 g;	Wartość energetyczna: 2733.08 kcal; Białko ogółem: 114.40 g; Tłuszcz: 110.82 g; Kw. tł. nasy.: 50.24 g; Węglowodany ogółem: 325.30 g; W tym cukry: 74.91 g; Błonnik pok.: 19.12 g; Sól: 8.99 g;	Wartość energetyczna: 3115.73 kcal; Białko ogółem: 127.80 g; Tłuszcz: 117.90 g; Kw. tł. nasy.: 55.33 g; Węglowodany ogółem: 392.84 g; W tym cukry: 92.11 g; Błonnik pok.: 22.57 g; Sól: 11.34 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl.Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE, GLU PSZ) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, MLE, SEL) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 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.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 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.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200ml	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) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Salata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Salata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sok marchwiowy 200ml
II SN	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE)										Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Lazanki z kapusta i mies wp z łopatką 350 g (GLUPSZ, JAJ, SEL, GOR.) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Sos mięsno warzywny ( ) z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Płynna odżywcza - barszcz czerwony z ziemni ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Sos mięsno warzywny ( ) z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL) Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzynna z olejem b/c ( ) 100 g (SEL) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Sos mięsno warzywny ( ) z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron ze szpinakiem i twarogiem* 350 g (GLU PSZ, MLE) Surówka wielowarzynna z olejem ( ) 200 g (SEL) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron bezglutenowy 200 g Sos mięsno warzywny ( ) z mięsa wieprzowego) (bez glutenu) 150 g (SEL) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Sos mięsno warzywny ( ) z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Sos mięsno warzywny ( ) z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PD	Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE)										Budyń o smaku czekoladowym b/c 200ml (MLE)
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasztet z cielęciny ( ) 70 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE, SEL) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Płynna odżywcza - ryżowa ( ) RYD 700 g (JAJ, SEL) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasztet z cielęciny ( ) 70 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasztet z cielęciny ( ) 70 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek ( ) b/c 100 g
PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Wartość energetyczna: 266,54 kcal; Białko ogółem: 96,87 g; Tłuszcz: 94,46 g; Kw. tł. nasy.: 40,04 g; Węglowodany ogółem: 366,30 g; W tym cukry: 81,78 g; Błonnik pok.: 34,72 g; Sól: 7,74 g;	Wartość energetyczna: 2477,17 kcal; Białko ogółem: 102,28 g; Tłuszcz: 78,84 g; Kw. tł. nasy.: 37,30 g; Węglowodany ogółem: 348,50 g; W tym cukry: 80,44 g; Błonnik pok.: 24,96 g; Sól: 6,58 g;	Wartość energetyczna: 2557,04 kcal; Białko ogółem: 101,89 g; Tłuszcz: 78,95 g; Kw. tł. nasy.: 37,75 g; Węglowodany ogółem: 367,26 g; W tym cukry: 85,00 g; Błonnik pok.: 26,68 g; Sól: 6,78 g;	Wartość energetyczna: 2686,39 kcal; Białko ogółem: 107,77 g; Tłuszcz: 78,58 g; Kw. tł. nasy.: 37,32 g; Węglowodany ogółem: 395,98 g; W tym cukry: 225,74 g; W tym cukry: 92,70 g; Błonnik pok.: 18,96 g; Sól: 3,92 g;	Wartość energetyczna: 2381,92 kcal; Białko ogółem: 119,57 g; Tłuszcz: 113,60 g; Kw. tł. nasy.: 27,19 g; Węglowodany ogółem: 328,93 g; W tym cukry: 53,37 g; Błonnik pok.: 46,74 g; Sól: 8,21 g;	Wartość energetyczna: 2580,82 kcal; Białko ogółem: 110,47 g; Tłuszcz: 83,12 g; Kw. tł. nasy.: 42,86 g; Węglowodany ogółem: 356,04 g; W tym cukry: 55,31 g; Błonnik pok.: 31,66 g; Sól: 8,89 g;	Wartość energetyczna: 2697,69 kcal; Białko ogółem: 85,76 g; Tłuszcz: 95,73 g; Kw. tł. nasy.: 42,86 g; Węglowodany ogółem: 380,30 g; W tym cukry: 86,97 g; Błonnik pok.: 31,54 g; Sól: 6,86 g;	Wartość energetyczna: 2024,59 kcal; Białko ogółem: 64,30 g; Tłuszcz: 73,31 g; Kw. tł. nasy.: 30,27 g; Węglowodany ogółem: 281,64 g; W tym cukry: 55,12 g; Błonnik pok.: 19,46 g; Sól: 2,89 g;	Wartość energetyczna: 2825,02 kcal; Białko ogółem: 98,66 g; Tłuszcz: 102,00 g; Kw. tł. nasy.: 45,06 g; Węglowodany ogółem: 365,06 g; W tym cukry: 81,59 g; Błonnik pok.: 26,68 g; Sól: 7,77 g;	Wartość energetyczna: 2963,24 kcal; Białko ogółem: 129,57 g; Tłuszcz: 102,00 g; Kw. tł. nasy.: 50,16 g; Węglowodany ogółem: 392,58 g; W tym cukry: 60,06 g; Błonnik pok.: 32,43 g; Sól: 10,11 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 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	
2024-10-11 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE.</u> ) Chleb Graham 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Miód (25g) 2 szt Sliwka 180 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE.</u> )	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE.</u> )	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE.</u> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE.</u> )	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE.</u> )	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 20 g	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> ) Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE.</u> ) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE.</u> )	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE.</u> )	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE.</u> ) 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> ) Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE.</u> ) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
		II SN										Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
2024-10-11 piątek	Obiad	Kalafiorowa z ryżem ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Ryż Surówka z kapusty kiszzonej z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB.</u> ) Sos cytrynowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Warzywa po grecku ( ) 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Ryż Sos cytrynowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Warzywa po grecku ( ) 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ryżowa RYD 700 g ( <u>JAJ, SEL.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB.</u> ) Sos cytrynowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem ( ) 100 g Warzywa po grecku ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB.</u> ) Sos cytrynowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Warzywa po grecku ( ) 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Spaghetti wegetariańskie z sosem 350 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB.</u> ) Sos cytrynowy (bez glutenu) 100 ml ( <u>MLE.</u> ) Warzywa po grecku (bez glutenu) ( ) 200 g ( <u>SEL.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB.</u> ) Sos cytrynowy (bez glutenu) 100 ml ( <u>MLE.</u> ) Warzywa po grecku (bez glutenu) ( ) 200 g ( <u>SEL.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB.</u> ) Sos cytrynowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Warzywa po grecku ( ) 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kisiel o smaku waniliowym b/c 200 ml ( <u>MLE.</u> )
		PD										
2024-10-11 piątek	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> ) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g ( <u>JAJ, GOR.</u> ) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z białek 100 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Jarzynowa z makaronem -dieta ( ) 400 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z białek 100 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Jarzynowa z makaronem -dieta ( ) 400 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem ( ) RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g ( <u>JAJ, GOR.</u> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z białek 100 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Salata zielona 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> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	
		PN										
		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE.</u> )				Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb rązowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE.</u> )	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.</u> ) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE.</u> )		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE.</u> )			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.</u> ) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE.</u> )
		Wartość energetyczna: 2858.58 kcal; Białko ogółem: 106.02 g; Tłuszcz: 107.34 g; Kw. tł. nasy.: 41.66 g; Węglowodany ogółem: 376.66 g; W tym cukry: 83.84 g; Błonnik pok.: 24.96 g; Sól: 8.42 g;	Wartość energetyczna: 2711.77 kcal; Białko ogółem: 106.43 g; Tłuszcz: 89.40 g; Kw. tł. nasy.: 40.53 g; Węglowodany ogółem: 381.45 g; W tym cukry: 91.65 g; Błonnik pok.: 25.66 g; Sól: 6.10 g;	Wartość energetyczna: 2815.00 kcal; Białko ogółem: 114.84 g; Tłuszcz: 95.88 g; Kw. tł. nasy.: 42.48 g; Węglowodany ogółem: 384.53 g; W tym cukry: 93.80 g; Błonnik pok.: 26.41 g; Sól: 7.28 g;	Wartość energetyczna: 2969.88 kcal; Białko ogółem: 118.00 g; Tłuszcz: 95.91 g; Kw. tł. nasy.: 42.42 g; Węglowodany ogółem: 421.41 g; W tym cukry: 93.37 g; Błonnik pok.: 28.13 g; Sól: 7.31 g;	Wartość energetyczna: 2563.99 kcal; Białko ogółem: 130.90 g; Tłuszcz: 123.47 g; Kw. tł. nasy.: 32.91 g; Węglowodany ogółem: 238.99 g; W tym cukry: 103.92 g; Błonnik pok.: 14.91 g; Sól: 4.15 g;	Wartość energetyczna: 2969.90 kcal; Białko ogółem: 125.68 g; Tłuszcz: 98.37 g; Kw. tł. nasy.: 41.60 g; Węglowodany ogółem: 296.66 g; W tym cukry: 63.29 g; Błonnik pok.: 35.32 g; Sól: 7.98 g;	Wartość energetyczna: 2730.67 kcal; Białko ogółem: 127.33 g; Tłuszcz: 95.48 g; Kw. tł. nasy.: 43.21 g; Węglowodany ogółem: 353.45 g; W tym cukry: 80.60 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 9.69 g;	Wartość energetyczna: 2663.96 kcal; Białko ogółem: 86.55 g; Tłuszcz: 90.87 g; Kw. tł. nasy.: 40.14 g; Węglowodany ogółem: 384.72 g; W tym cukry: 63.30 g; Błonnik pok.: 23.96 g; Sól: 7.49 g;	Wartość energetyczna: 2218.10 kcal; Białko ogółem: 69.87 g; Tłuszcz: 80.68 g; Kw. tł. nasy.: 32.81 g; Węglowodany ogółem: 319.34 g; W tym cukry: 63.30 g; Błonnik pok.: 20.05 g; Sól: 3.11 g;	Wartość energetyczna: 2621.26 kcal; Białko ogółem: 99.65 g; Tłuszcz: 84.23 g; Kw. tł. nasy.: 38.77 g; Węglowodany ogółem: 377.84 g; W tym cukry: 109.01 g; Błonnik pok.: 26.88 g; Sól: 6.70 g;	Wartość energetyczna: 2942.94 kcal; Białko ogółem: 128.79 g; Tłuszcz: 92.56 g; Kw. tł. nasy.: 44.29 g; Węglowodany ogółem: 412.42 g; W tym cukry: 93.71 g; Błonnik pok.: 31.27 g; Sól: 9.48 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

	KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczy	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.tłuszczy	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c		
2024-10-12 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Chleb Graham 70 g (GLUPSZ, SEL.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane, wędz.parz w osłonce niejadalnej) 140 g (GLUPSZ, GOR.) Ketchup 20 g (SEL.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Mix sałat 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (-może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (-może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (-może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (GLUPSZ, MLE.) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Chleb Graham 100 g (GLUPSZ, SEL.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (-może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (-może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Szyńska Piastowska-wp. wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (-może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Sok pomidorowy 200 ml	
	II SN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)										Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)	
2024-10-12 sobota	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami (i) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEJCZ.) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (GLUPSZ, SEL.) Sos pomidorowy 100 ml (GLUPSZ, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem (i) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (i) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEJCZ.) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (GLUPSZ, SEL.) Sos pomidorowy 100 ml (GLUPSZ, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem (i) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (i) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEJCZ.) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (GLUPSZ, SEL.) Sos pomidorowy 100 ml (GLUPSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (i) 200 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (i) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEJCZ.) Pulpet drobiowy 100 g (GLUPSZ, JAJ, SEL.) Sos pomidorowy 100 ml (GLUPSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (i) 200 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana (i) RYD 700 g (JAJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami (i) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEJCZ.) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (GLUPSZ, SEL.) Sos pomidorowy 100 ml (GLUPSZ, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem (i) 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (i) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEJCZ.) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (GLUPSZ, SEL.) Sos pomidorowy 100 ml (GLUPSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte (i) 200 g (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami (i) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ryz na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (JAJ, SEL.) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml (GLUPSZ, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem (i) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) (i) 400 ml (SEL.) Ryz na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (JAJ, SEL.) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml (GLUPSZ, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem (i) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami (i) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEJCZ.) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (GLUPSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami (i) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEJCZ.) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (GLUPSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD	Budyni o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE.)										Budyni o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE.)	
2024-10-12 sobota	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Salatka z ryżu i brokułów 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Salatka z ryżu i brokułów-dieta 100 g (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salatka z ryżu i brokułów-dieta 100 g (MLE, SEL.)	Bułka pszenno-żytnia krojona z makaronem (i) RYD 700 g (GLUPSZ, JAJ, SEL, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza- selerowa z makaronem (i) RYD 700 g (GLUPSZ, JAJ, SEL, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLUPSZ, SEL.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Salatka z ryżu i brokułów 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Salatka z ryżu i brokułów-dieta 100 g (MLE, SEL.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser topiony 50 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser topiony 50 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser topiony 50 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	
	PN	Przecier owocowy jablko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (MLE.)										Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb rązowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLUPSZ, MLE.) Przecier owocowy jablko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (MLE.)	Przecier owocowy jablko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (MLE.)
	Wartość energetyczna: 2856.69 kcal; Białko ogółem: 110.04 g; Tłuszcz: 105.64 g; Kw. tł. nasy.: 43.04 g; Węglowodany ogółem: 375.51 g; W tym cukry: 88.84 g; Błonnik pok.: 30.01 g; Sól: 11.99 g;	Wartość energetyczna: 2563.53 kcal; Białko ogółem: 100.14 g; Tłuszcz: 78.35 g; Kw. tł. nasy.: 35.09 g; Węglowodany ogółem: 375.52 g; W tym cukry: 86.84 g; Błonnik pok.: 28.05 g; Sól: 8.65 g;	Wartość energetyczna: 2561.11 kcal; Białko ogółem: 100.70 g; Tłuszcz: 68.26 g; Kw. tł. nasy.: 34.21 g; Węglowodany ogółem: 396.38 g; W tym cukry: 106.71 g; Błonnik pok.: 26.43 g; Sól: 8.74 g;	Wartość energetyczna: 2443.39 kcal; Białko ogółem: 102.71 g; Tłuszcz: 67.72 g; Kw. tł. nasy.: 33.56 g; Węglowodany ogółem: 429.57 g; W tym cukry: 112.36 g; Błonnik pok.: 30.86 g; Sól: 8.65 g;	Wartość energetyczna: 2443.39 kcal; Białko ogółem: 120.59 g; Tłuszcz: 115.42 g; Kw. tł. nasy.: 27.87 g; Węglowodany ogółem: 329.03 g; W tym cukry: 113.69 g; Błonnik pok.: 21.21 g; Sól: 4.82 g;	Wartość energetyczna: 2539.20 kcal; Białko ogółem: 111.69 g; Tłuszcz: 92.54 g; Kw. tł. nasy.: 36.30 g; Węglowodany ogółem: 379.84 g; W tym cukry: 64.66 g; Błonnik pok.: 33.42 g; Sól: 9.82 g;	Wartość energetyczna: 2550.67 kcal; Białko ogółem: 108.32 g; Tłuszcz: 71.25 g; Kw. tł. nasy.: 35.90 g; Węglowodany ogółem: 379.84 g; W tym cukry: 73.40 g; Błonnik pok.: 28.92 g; Sól: 11.37 g;	Wartość energetyczna: 2547.02 kcal; Białko ogółem: 101.98 g; Tłuszcz: 80.73 g; Kw. tł. nasy.: 27.42 g; Węglowodany ogółem: 358.41 g; W tym cukry: 86.80 g; Błonnik pok.: 36.77 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2071.09 kcal; Białko ogółem: 64.68 g; Tłuszcz: 73.50 g; Kw. tł. nasy.: 27.42 g; Węglowodany ogółem: 291.73 g; W tym cukry: 60.40 g; Błonnik pok.: 16.26 g; Sól: 4.35 g;	Wartość energetyczna: 2569.43 kcal; Białko ogółem: 96.61 g; Tłuszcz: 79.59 g; Kw. tł. nasy.: 41.50 g; Węglowodany ogółem: 394.67 g; W tym cukry: 114.80 g; Błonnik pok.: 25.41 g; Sól: 8.77 g;	Wartość energetyczna: 2876.65 kcal; Białko ogółem: 126.87 g; Tłuszcz: 92.42 g; Kw. tł. nasy.: 46.67 g; Węglowodany ogółem: 394.67 g; W tym cukry: 93.27 g; Błonnik pok.: 30.99 g; Sól: 12.06 g;		



Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 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	
2024-10-13 niedziela	II SN	Sniadanie	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> ) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Salata lodowa 20 g Papryka świeża 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Ser zółty 50 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo. o smaku naturalnym z ziołami 100 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Salata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Ser zółty 50 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo. o smaku naturalnym z ziołami 100 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo. o smaku naturalnym z ziołami 100 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Kawa świeża 80 g Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Salata lodowa 20 g	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Ser zółty 50 g ( <u>MLE</u> ) Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo. o smaku naturalnym z ziołami 100 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata lodowa 20 g Papryka świeża 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 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 makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Mus z jabłek ( ) b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Ser zółty 50 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Mus z jabłek ( ) b/c 100 g
							Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml				Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml	
2024-10-13 niedziela	PD	Obiad	Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Kotlet schabowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Surówka z kapusty białej z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Mięso (schab) mielone w sosie wł 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - pomidorowa z makaronem ( ) RYD 700 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Surówka z kapusty białej z olejem ( ) 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Schab gotowany 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	
							Kefir 2 % tł 200g 1 szt ( <u>MLE</u> )				Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> )	
2024-10-13 niedziela	PN	Kolejka	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLUPSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ryżowa ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200ml	Płynna odżywcza - ryżowa RYD 700 g ( <u>JAJ, SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb 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 Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200ml	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb 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 Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200ml
				Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE.</u> )	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE.</u> )	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2387,41 kcal; Białko ogółem: 91,09 g; Tłuszcz: 87,55 g; Kw. tł. nasy.: 39,92 g; Węglowodany ogółem: 313,07 g; W tym cukry: 68,02 g; Błonnik pok.: 27,33 g; Sól: 7,15 g;	Wartość energetyczna: 2005,76 kcal; Białko ogółem: 100,23 g; Tłuszcz: 56,14 g; Kw. tł. nasy.: 29,57 g; Węglowodany ogółem: 277,87 g; W tym cukry: 51,71 g; Błonnik pok.: 16,69 g; Sól: 6,03 g;	Wartość energetyczna: 2119,09 kcal; Białko ogółem: 96,81 g; Tłuszcz: 60,10 g; Kw. tł. nasy.: 30,11 g; W tym cukry: 309,80 g; W tym cukry: 65,32 g; Błonnik pok.: 28,78 g; Sól: 7,45 g;	Wartość energetyczna: 2607,45 kcal; Białko ogółem: 110,62 g; Tłuszcz: 75,64 g; Kw. tł. nasy.: 33,88 g; Węglowodany ogółem: 384,30 g; W tym cukry: 85,29 g; Błonnik pok.: 30,51 g; Sól: 7,54 g;	Wartość energetyczna: 2465,95 kcal; Białko ogółem: 123,46 g; Tłuszcz: 114,57 g; Kw. tł. nasy.: 27,35 g; Węglowodany ogółem: 240,94 g; W tym cukry: 91,79 g; Błonnik pok.: 18,01 g; Sól: 3,88 g;	Wartość energetyczna: 2273,61 kcal; Białko ogółem: 120,85 g; Tłuszcz: 78,77 g; Kw. tł. nasy.: 44,62 g; Węglowodany ogółem: 329,51 g; W tym cukry: 38,40 g; Błonnik pok.: 32,67 g; Sól: 8,25 g;	Wartość energetyczna: 2317,44 kcal; Białko ogółem: 112,13 g; Tłuszcz: 66,92 g; Kw. tł. nasy.: 35,20 g; Węglowodany ogółem: 329,51 g; W tym cukry: 42,19 g; Błonnik pok.: 34,53 g; Sól: 9,71 g;	Wartość energetyczna: 2259,16 kcal; Białko ogółem: 74,78 g; Tłuszcz: 84,32 g; Kw. tł. nasy.: 39,45 g; Węglowodany ogółem: 314,01 g; W tym cukry: 247,52 g; W tym cukry: 42,91 g; Błonnik pok.: 23,61 g; Sól: 5,65 g;	Wartość energetyczna: 1831,02 kcal; Białko ogółem: 78,77 g; Tłuszcz: 57,67 g; Kw. tł. nasy.: 40,02 g; Węglowodany ogółem: 292,28 g; W tym cukry: 51,47 g; Błonnik pok.: 18,81 g; Sól: 7,98 g;	Wartość energetyczna: 2403,08 kcal; Białko ogółem: 114,36 g; Tłuszcz: 78,82 g; Kw. tł. nasy.: 47,13 g; Węglowodany ogółem: 315,99 g; W tym cukry: 29,54 g; Błonnik pok.: 24,56 g; Sól: 10,25 g;	

### **Oznaczenia alergenów:**

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

### **Oznaczenia wskaźników odż.:**

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