

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

	KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,niskolakt./mix	KRK- NAR II B Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR II C Papkowata/niskowęglowodanowa/-mix	KRK- NAR III Niskoresztkowa,niskolaktowazamielona	KRK- NAR III A Zapieraj./niskoresztk.,niskolakt./-miel.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoł.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona	
2024-09-30 poniedziałek	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g (MLE b/LAK.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Papka śn -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Papka śn -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Papka śn -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jabłka prażone b/c 50 g Filet zapiekany drobiowy 75 g (MLE.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jabłka prażone b/c 50 g Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.)	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jabłka prażone b/c 50 g Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 60 g
	II ŚN	Galaretką o smaku cytrynowym 150 g Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	Galaretką o smaku cytrynowym 150 g		Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 200 ml	Galaretką o smaku cytrynowym 150 g Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,33 szt (MLE b/LAK.)	Galaretką o smaku cytrynowym 150 g		
	Obiad	Grysikowa () 450 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	Papka ob () -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Papka ob () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez pieprzu) 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (GLU PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (GLU PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (GLU PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (GLU PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)			Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)				Kleik ryżowy z jabłkiem 200 g
	Kolacja	Woda mineralna niegazowana 250 ml Grysikowa () 450 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 75 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Mus z brzoskwiń 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Mus z brzoskwiń 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Mus z brzoskwiń 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 60 g
	PN	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt							
		Wartość energetyczna: 948.23 kcal; Białko ogółem: 37.08 g; Tłuszcz: 14.88 g; Kw. tł. nasy.: 3.08 g; Węglowodany ogółem: 169.38 g; W tym cukry: 4.92 g; Błonnik pok.: 7.18 g; Sól: 1.97 g;	Wartość energetyczna: 1994.85 kcal; Białko ogółem: 94.35 g; Tłuszcz: 71.26 g; Kw. tł. nasy.: 19.54 g; Węglowodany ogółem: 253.14 g; W tym cukry: 31.46 g; Błonnik pok.: 20.38 g; Sól: 1.57 g;	Wartość energetyczna: 2020.38 kcal; Białko ogółem: 91.22 g; Tłuszcz: 63.42 g; Kw. tł. nasy.: 19.59 g; Węglowodany ogółem: 279.77 g; W tym cukry: 74.79 g; Błonnik pok.: 19.21 g; Sól: 1.70 g;	Wartość energetyczna: 2068.28 kcal; Białko ogółem: 97.77 g; Tłuszcz: 70.21 g; Kw. tł. nasy.: 21.69 g; Węglowodany ogółem: 271.62 g; W tym cukry: 58.65 g; Błonnik pok.: 22.02 g; Sól: 1.87 g;	Wartość energetyczna: 2443.49 kcal; Białko ogółem: 105.98 g; Tłuszcz: 68.98 g; Kw. tł. nasy.: 25.37 g; Węglowodany ogółem: 362.36 g; W tym cukry: 77.83 g; Błonnik pok.: 25.95 g; Sól: 7.13 g;	Wartość energetyczna: 2182.18 kcal; Białko ogółem: 81.44 g; Tłuszcz: 52.35 g; Kw. tł. nasy.: 16.50 g; Węglowodany ogółem: 358.95 g; W tym cukry: 76.82 g; Błonnik pok.: 25.89 g; Sól: 6.14 g;	Wartość energetyczna: 2350.49 kcal; Białko ogółem: 94.62 g; Tłuszcz: 63.42 g; Kw. tł. nasy.: 26.36 g; Węglowodany ogółem: 362.11 g; W tym cukry: 99.28 g; Błonnik pok.: 24.30 g; Sól: 6.09 g;	Wartość energetyczna: 2102.92 kcal; Białko ogółem: 55.48 g; Tłuszcz: 42.05 g; Kw. tł. nasy.: 14.50 g; Węglowodany ogółem: 387.27 g; W tym cukry: 97.78 g; Błonnik pok.: 25.65 g; Sól: 4.19 g;

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

	KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,niskolakt./mix	KRK- NAR II B Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR II C Papkowata/niskowęglowodanowa/-mix	KRK- NAR III Niskoresztkowa,niskolaktowazamielona	KRK- NAR III A Zapieraj./niskoresztk.,niskolakt./-miel.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoń.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona
Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g (<u>MLE b/LAK.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Papka śn -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 90 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g
	II ŚN	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g	Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g	Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g	Mus z jabłek () z/c 100 g Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,33 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Mus z jabłek () z/c 100 g Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)	Mus z jabłek () z/c 150 g
Obiad	Grysikowa () 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml	Papka ob () -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml	Papka ob () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Klopsik wieprzowy (bez pieprzu) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny (bez pieprzu) () 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Klopsik wieprzowy (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny (bez pieprzu) () 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JECZ.</u>) Klopsik wieprzowy (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny (bez pieprzu) () 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Klopsik wieprzowy (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny (bez pieprzu) () 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)			Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml			
Kolejacja	Woda mineralna niegazowana 250 ml Grysikowa () 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 75 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ.</u>) Pasta warzywna (bez pieprzu) () 70 g (<u>SEL.</u>)	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ.</u>) Pasta warzywna (bez pieprzu) () 70 g (<u>SEL.</u>)	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ.</u>) Pasta warzywna (bez pieprzu) () 70 g (<u>SEL.</u>)	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt						
	Wartość energetyczna: 997.88 kcal; Białko ogółem: 35.05 g; Tłuszcz: 15.04 g; Kw. tł. nasy.: 3.24 g; Węglowodany ogółem: 184.32 g; W tym cukry: 30.97 g; Błonnik pok.: 8.00 g; Sól: 2.01 g;	Wartość energetyczna: 2077.30 kcal; Białko ogółem: 102.65 g; Tłuszcz: 69.45 g; Kw. tł. nasy.: 20.16 g; Węglowodany ogółem: 268.81 g; W tym cukry: 42.42 g; Błonnik pok.: 26.00 g; Sól: 1.41 g;	Wartość energetyczna: 2067.44 kcal; Białko ogółem: 92.57 g; Tłuszcz: 61.87 g; Kw. tł. nasy.: 18.42 g; Węglowodany ogółem: 293.20 g; W tym cukry: 79.46 g; Błonnik pok.: 24.87 g; Sól: 1.43 g;	Wartość energetyczna: 2108.58 kcal; Białko ogółem: 108.10 g; Tłuszcz: 69.74 g; Kw. tł. nasy.: 20.36 g; Węglowodany ogółem: 271.00 g; W tym cukry: 37.26 g; Błonnik pok.: 26.81 g; Sól: 1.58 g;	Wartość energetyczna: 2564.68 kcal; Białko ogółem: 99.32 g; Tłuszcz: 73.87 g; Kw. tł. nasy.: 29.39 g; Węglowodany ogółem: 388.17 g; W tym cukry: 103.43 g; Błonnik pok.: 31.89 g; Sól: 6.01 g;	Wartość energetyczna: 2444.56 kcal; Białko ogółem: 83.26 g; Tłuszcz: 54.18 g; Kw. tł. nasy.: 19.42 g; Węglowodany ogółem: 420.33 g; W tym cukry: 97.88 g; Błonnik pok.: 35.13 g; Sól: 5.07 g;	Wartość energetyczna: 2331.58 kcal; Białko ogółem: 81.90 g; Tłuszcz: 66.64 g; Kw. tł. nasy.: 26.69 g; Węglowodany ogółem: 362.70 g; W tym cukry: 114.83 g; Błonnik pok.: 29.99 g; Sól: 4.90 g;	Wartość energetyczna: 2246.91 kcal; Białko ogółem: 57.07 g; Tłuszcz: 44.57 g; Kw. tł. nasy.: 16.96 g; Węglowodany ogółem: 416.79 g; W tym cukry: 114.14 g; Błonnik pok.: 25.15 g; Sól: 3.45 g;

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

	KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,niskolakt./mix	KRK- NAR II B Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR II C Papkowata/niskowęglowodanowa/-mix	KRK- NAR III Niskoresztkowa,niskolaktowazamielona	KRK- NAR III A Zapieraj./niskoresztk.,niskolakt./-miel.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoł.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona	
2024-10-02 środa	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g (<u>MLE b/LAK.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Papka śn -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 75 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Dżem 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Dżem 50 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Dżem 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g
		Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Kasza manna z jabłkiem prażonym (bez laktozy) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE b/LAK.</u>)			Kasza manna z jabłkiem prażonym (bez laktozy) 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE b/LAK.</u>)		Jabłko pieczone 150 g	Kasza manna z jabłkiem prażonym (bez laktozy) 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE b/LAK.</u>)
Obiad	Grysikowa () 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml	Papka ob () -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml	Papka ob () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (-)dieta b/brokula i kalafiora 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy (bez pieprzu) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy. (bez pieprzu) () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml	Jarzynowa z makaronem (-)dieta b/brokula i kalafiora 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy. (bez pieprzu) () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane. () 150 g Pulpet drobiowy (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy. (bez pieprzu) () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml	Jarzynowa z makaronem (-)dieta b/brokula i kalafiora 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy. (bez pieprzu) () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew oprószana z olejem () 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml	
	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)				Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 200 ml			Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml	
Kolejacja	Woda mineralna niegazowana 250 ml Grysikowa () 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 75 g (<u>MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>)	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g	
		Przecier owocowy jabłko 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)							
PN									
	Wartość energetyczna: 997.88 kcal; Białko ogółem: 35.05 g; Tłuszcz: 15.04 g; Kw. tł. nasy.: 3.24 g; Węglowodany ogółem: 184.32 g; W tym cukry: 30.97 g; Błonnik pok.: 8.00 g; Sól: 2.01 g;	Wartość energetyczna: 2194.22 kcal; Białko ogółem: 93.74 g; Tłuszcz: 69.54 g; Kw. tł. nasy.: 19.77 g; Węglowodany ogółem: 306.16 g; W tym cukry: 64.43 g; Błonnik pok.: 21.65 g; Sól: 1.40 g;	Wartość energetyczna: 2088.09 kcal; Białko ogółem: 86.09 g; Tłuszcz: 60.62 g; Kw. tł. nasy.: 18.03 g; Węglowodany ogółem: 307.74 g; W tym cukry: 101.52 g; Błonnik pok.: 20.52 g; Sól: 1.43 g;	Wartość energetyczna: 2225.50 kcal; Białko ogółem: 99.19 g; Tłuszcz: 69.83 g; Kw. tł. nasy.: 19.97 g; Węglowodany ogółem: 308.34 g; W tym cukry: 59.27 g; Błonnik pok.: 22.47 g; Sól: 1.56 g;	Wartość energetyczna: 2423.36 kcal; Białko ogółem: 88.27 g; Tłuszcz: 58.78 g; Kw. tł. nasy.: 24.03 g; Węglowodany ogółem: 401.37 g; W tym cukry: 148.06 g; Błonnik pok.: 27.43 g; Sól: 7.33 g;	Wartość energetyczna: 2293.52 kcal; Białko ogółem: 74.01 g; Tłuszcz: 48.88 g; Kw. tł. nasy.: 17.78 g; Węglowodany ogółem: 402.97 g; W tym cukry: 147.26 g; Błonnik pok.: 24.65 g; Sól: 5.85 g;	Wartość energetyczna: 2509.84 kcal; Białko ogółem: 86.04 g; Tłuszcz: 69.17 g; Kw. tł. nasy.: 27.13 g; Węglowodany ogółem: 400.19 g; W tym cukry: 176.35 g; Błonnik pok.: 28.03 g; Sól: 6.05 g;	Wartość energetyczna: 1973.91 kcal; Białko ogółem: 50.74 g; Tłuszcz: 41.21 g; Kw. tł. nasy.: 16.09 g; Węglowodany ogółem: 360.61 g; W tym cukry: 118.80 g; Błonnik pok.: 19.20 g; Sól: 3.76 g;	

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

	KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,niskolakt./mix	KRK- NAR II B Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR II C Papkowata/niskowęglowodanowa/-mix	KRK- NAR III Niskoresztkowa,niskolaktozowamielona	KRK- NAR III A Zapieraj./niskoresztk.,niskolakt./-miel.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoń.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona	
2024-10-03 czwartek	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g (<u>MLE b/LAK.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Papka śn -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,66 szt (<u>MLE b/LAK.</u>) Mus z ananasa 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,5 szt (<u>MLE b/LAK.</u>) Mus z ananasa 50 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Mus z ananasa 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g
	II ŚN	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)	Jabłko pieczone 150 g	Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)		
	Obiad	Grycikowa () 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Galaretko o smaku cytrynowym 150 g	Papka ob () -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretko o smaku cytrynowym 150 g	Papka ob () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretko o smaku cytrynowym 150 g	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 350 g (<u>SEL.</u>) Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretko o smaku cytrynowym 150 g	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 150 ml	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 350 g (<u>SEL.</u>) Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml				Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 150 ml	
	Kolacja	Woda mineralna niegazowana 250 ml Grycikowa () 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 75 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>)	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>)	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>)	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g
	PN				Mus owocowo-warzynny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				
		Wartość energetyczna: 997.88 kcal; Białko ogółem: 35.05 g; Tłuszcz: 15.04 g; Kw. tł. nasy.: 3.24 g; Węglowodany ogółem: 184.32 g; W tym cukry: 30.97 g; Błonnik pok.: 8.00 g; Sól: 2.01 g;	Wartość energetyczna: 1976.85 kcal; Białko ogółem: 94.85 g; Tłuszcz: 70.76 g; Kw. tł. nasy.: 19.44 g; Węglowodany ogółem: 247.14 g; W tym cukry: 16.46 g; Błonnik pok.: 21.58 g; Sól: 1.47 g;	Wartość energetyczna: 2002.38 kcal; Białko ogółem: 91.72 g; Tłuszcz: 62.92 g; Kw. tł. nasy.: 19.49 g; Węglowodany ogółem: 273.77 g; W tym cukry: 59.79 g; Błonnik pok.: 20.41 g; Sól: 1.60 g;	Wartość energetyczna: 2034.23 kcal; Białko ogółem: 98.22 g; Tłuszcz: 71.17 g; Kw. tł. nasy.: 19.76 g; Węglowodany ogółem: 258.42 g; W tym cukry: 34.17 g; Błonnik pok.: 23.02 g; Sól: 1.67 g;	Wartość energetyczna: 2571.24 kcal; Białko ogółem: 93.02 g; Tłuszcz: 81.66 g; Kw. tł. nasy.: 30.99 g; Węglowodany ogółem: 380.94 g; W tym cukry: 63.51 g; Błonnik pok.: 29.06 g; Sól: 6.56 g;	Wartość energetyczna: 2426.44 kcal; Białko ogółem: 85.60 g; Tłuszcz: 68.41 g; Kw. tł. nasy.: 23.88 g; Węglowodany ogółem: 378.79 g; W tym cukry: 61.26 g; Błonnik pok.: 24.57 g; Sól: 5.54 g;	Wartość energetyczna: 2199.95 kcal; Białko ogółem: 77.66 g; Tłuszcz: 65.47 g; Kw. tł. nasy.: 24.22 g; Węglowodany ogółem: 338.74 g; W tym cukry: 106.27 g; Błonnik pok.: 28.33 g; Sól: 4.97 g;	Wartość energetyczna: 2112.11 kcal; Białko ogółem: 55.77 g; Tłuszcz: 48.79 g; Kw. tł. nasy.: 16.67 g; Węglowodany ogółem: 371.72 g; W tym cukry: 111.22 g; Błonnik pok.: 19.03 g; Sól: 3.38 g;

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

	KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,niskolakt./mix	KRK- NAR II B Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR II C Papkowata/niskowęglowodanowa/-mix	KRK- NAR III Niskoresztkowa,niskolaktowazamielona	KRK- NAR III A Zapieraj./niskoresztk.,niskolakt./-miel.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoł.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona	
2024-10-04 piątek	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g (<u>MLE b/LAK.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Papka śn -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtusty b/laktozy 90 g (<u>MLE b/LAK.</u>) Dżem 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtusty b/laktozy 60 g (<u>MLE b/LAK.</u>) Dżem 50 g	Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g
		Obiad	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml		Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 200 ml	Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml Biskopki b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml
PD	Grycikowa () 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml		Papka ob () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Galaretki jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (<u>MLE.</u>)	Papka ob () -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretki jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (<u>MLE.</u>)	Papka ob () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Dorsz) (bez pieprzu) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy. (bez pieprzu) () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bukiet jarzyn oprószony z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretki jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (<u>MLE.</u>)	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Dorsz) (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy. (bez pieprzu) () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bukiet jarzyn oprószony z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretki jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (<u>MLE.</u>)	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane. () 150 g Pieczeń z ryby mielonej (Dorsz) (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy. (bez pieprzu) () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bukiet jarzyn oprószony z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretki jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (<u>MLE.</u>)	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Dorsz) (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy. (bez pieprzu) () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bukiet jarzyn oprószony z olejem () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml
	Kolaćca	Galaretki jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (<u>MLE.</u>) Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)			Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Jabłka prażone b/c 100 g			Banan 200 g	
PN		Woda mineralna niegazowana 250 ml Grycikowa () 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z białek, twarogu z natką pietruszki 90 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Jabłka prażone b/c 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z białek, twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Jabłka prażone b/c 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z białek, twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Jabłka prażone b/c 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g
	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)								
		Wartość energetyczna: 1088.78 kcal; Białko ogółem: 39.33 g; Tłuszcz: 16.00 g; Kw. tł. nasy.: 3.80 g; Węglowodany ogółem: 200.00 g; W tym cukry: 26.56 g; Błonnik pok.: 7.80 g; Sól: 2.08 g;	Wartość energetyczna: 2079.15 kcal; Białko ogółem: 90.83 g; Tłuszcz: 68.26 g; Kw. tł. nasy.: 20.20 g; Węglowodany ogółem: 283.38 g; W tym cukry: 56.61 g; Błonnik pok.: 21.31 g; Sól: 1.44 g;	Wartość energetyczna: 2112.18 kcal; Białko ogółem: 87.70 g; Tłuszcz: 61.92 g; Kw. tł. nasy.: 18.46 g; Węglowodany ogółem: 308.66 g; W tym cukry: 93.64 g; Błonnik pok.: 20.13 g; Sól: 1.48 g;	Wartość energetyczna: 2096.85 kcal; Białko ogółem: 99.49 g; Tłuszcz: 69.34 g; Kw. tł. nasy.: 20.35 g; Węglowodany ogółem: 278.84 g; W tym cukry: 49.35 g; Błonnik pok.: 24.87 g; Sól: 1.55 g;	Wartość energetyczna: 2506.65 kcal; Białko ogółem: 110.06 g; Tłuszcz: 69.49 g; Kw. tł. nasy.: 30.47 g; Węglowodany ogółem: 372.43 g; W tym cukry: 85.27 g; Błonnik pok.: 26.83 g; Sól: 6.12 g;	Wartość energetyczna: 2412.09 kcal; Białko ogółem: 85.08 g; Tłuszcz: 57.47 g; Kw. tł. nasy.: 20.77 g; Węglowodany ogółem: 399.00 g; W tym cukry: 103.10 g; Błonnik pok.: 23.71 g; Sól: 4.37 g;	Wartość energetyczna: 2426.78 kcal; Białko ogółem: 90.60 g; Tłuszcz: 71.34 g; Kw. tł. nasy.: 28.50 g; Węglowodany ogółem: 366.27 g; W tym cukry: 122.01 g; Błonnik pok.: 24.31 g; Sól: 4.50 g;	Wartość energetyczna: 2209.78 kcal; Białko ogółem: 56.23 g; Tłuszcz: 41.87 g; Kw. tł. nasy.: 14.89 g; Węglowodany ogółem: 413.58 g; W tym cukry: 149.31 g; Błonnik pok.: 23.17 g; Sól: 3.71 g;

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

	KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,niskolakt./mix	KRK- NAR II B Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR II C Papkowata/niskowęglowodanowa/-mix	KRK- NAR III Niskoresztkowa,niskolaktowamielona	KRK- NAR III A Zapieraj./niskoresztk.,niskolakt./-miel.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoń.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona	
2024-10-05 sobota	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g (<u>MLE b/LAK.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Papka śn -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Dżem 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Dżem 50 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Dżem 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g
	II ŚN	Galaretką o smaku cytrynowym 150 g Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Galaretką o smaku cytrynowym 150 g		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Galaretką o smaku cytrynowym 150 g Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,33 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Galaretką o smaku cytrynowym 150 g		
	Obiad	Grycikowa () 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Koktajl bananowy 300 ml (<u>MLE.</u>)	Papka ob () -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Koktajl bananowy 250 ml (<u>MLE.</u>)	Papka ob () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy-dieta (bez pieprzu) 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Koktajl bananowy 250 ml (<u>MLE.</u>)	Koperkowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Mięso wieprzowe mielone w sosie w/ (bez pieprzu) 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Banan 200 g	Koperkowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane. () 150 g Gulasz wieprzowy-dieta (bez pieprzu) 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Banan 200 g	Koperkowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Mięso wieprzowe mielone w sosie w/ (bez pieprzu) 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)			Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)				Banan 200 g
	Kolacja	Woda mineralna niegazowana 250 ml Grycikowa () 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 75 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem (bez pieprzu) () 70 g (<u>SEL.</u>)	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem (bez pieprzu) () 70 g (<u>SEL.</u>)	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem (bez pieprzu) () 70 g (<u>SEL.</u>)	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g
	PN	Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)							
		Wartość energetyczna: 948.23 kcal; Białko ogółem: 37.08 g; Tłuszcz: 14.88 g; Kw. tł. nasy.: 3.08 g; Węglowodany ogółem: 169.38 g; W tym cukry: 4.92 g; Błonnik pok.: 7.18 g; Sól: 1.97 g;	Wartość energetyczna: 2029.00 kcal; Białko ogółem: 94.97 g; Tłuszcz: 69.10 g; Kw. tł. nasy.: 22.50 g; Węglowodany ogółem: 264.17 g; W tym cukry: 59.59 g; Błonnik pok.: 21.95 g; Sól: 1.66 g;	Wartość energetyczna: 2033.86 kcal; Białko ogółem: 90.53 g; Tłuszcz: 62.15 g; Kw. tł. nasy.: 20.25 g; Węglowodany ogółem: 284.94 g; W tym cukry: 91.43 g; Błonnik pok.: 20.55 g; Sól: 1.64 g;	Wartość energetyczna: 2048.83 kcal; Białko ogółem: 101.11 g; Tłuszcz: 71.23 g; Kw. tł. nasy.: 23.83 g; Węglowodany ogółem: 258.41 g; W tym cukry: 61.26 g; Błonnik pok.: 21.59 g; Sól: 1.95 g;	Wartość energetyczna: 2569.67 kcal; Białko ogółem: 104.54 g; Tłuszcz: 77.93 g; Kw. tł. nasy.: 31.72 g; Węglowodany ogółem: 378.42 g; W tym cukry: 123.02 g; Błonnik pok.: 24.85 g; Sól: 6.22 g;	Wartość energetyczna: 2558.28 kcal; Białko ogółem: 95.45 g; Tłuszcz: 77.68 g; Kw. tł. nasy.: 23.73 g; Węglowodany ogółem: 382.89 g; W tym cukry: 128.06 g; Błonnik pok.: 30.85 g; Sól: 5.90 g;	Wartość energetyczna: 2429.23 kcal; Białko ogółem: 88.75 g; Tłuszcz: 75.52 g; Kw. tł. nasy.: 27.70 g; Węglowodany ogółem: 358.51 g; W tym cukry: 144.65 g; Błonnik pok.: 24.49 g; Sól: 4.95 g;	Wartość energetyczna: 2272.67 kcal; Białko ogółem: 72.31 g; Tłuszcz: 58.03 g; Kw. tł. nasy.: 20.05 g; Węglowodany ogółem: 378.42 g; W tym cukry: 134.23 g; Błonnik pok.: 26.00 g; Sól: 4.31 g;

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

	KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,niskolakt./mix	KRK- NAR II B Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR II C Papkowata/niskowęglowodanowa/-mix	KRK- NAR III Niskoresztkowa,niskolaktozowa-mielona	KRK- NAR III A Zapieraj./niskoresztk.,niskolakt./-miel.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoń.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona	
2024-10-06 niedziela	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g (MLE b/LAK.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Papka śn -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Papka śn -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twaróg półtusty b/laktozy 90 g (MLE b/LAK.) Dżem 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twaróg półtusty b/laktozy 60 g (MLE b/LAK.) Dżem 50 g	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 60 g (MLE.) Dżem 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 60 g
	II ŚN	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,66 szt (MLE b/LAK.) Jabłka prażone b/c 100 g	Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Jabłka prażone b/c 100 g	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.) Jabłka prażone b/c 50 g	Jabłko pieczone 150 g	Mus z jabłek () z/c 100 g Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)		
	Obiad	Grysikowa () 450 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml	Papka ob () -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml	Papka ob () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami bez pieprzu () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa z warzywami bez pieprzu () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem gotowane. () 150 g Potrawka drobiowa z warzywami bez pieprzu () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa z warzywami bez pieprzu () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)		Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml				Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml	
	Kolacja	Woda mineralna niegazowana 250 ml Grysikowa () 450 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 75 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SOZ.) Mus z brzoskwiń 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SOZ.) Mus z brzoskwiń 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SOZ.) Mus z brzoskwiń 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 60 g
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt							
		Wartość energetyczna: 997.88 kcal; Białko ogółem: 35.05 g; Tłuszcz: 15.04 g; Kw. tł. nasy.: 3.24 g; Węglowodany ogółem: 184.32 g; W tym cukry: 30.97 g; Błonnik pok.: 8.00 g; Sól: 2.01 g;	Wartość energetyczna: 2130.86 kcal; Białko ogółem: 100.10 g; Tłuszcz: 73.90 g; Kw. tł. nasy.: 24.21 g; Węglowodany ogółem: 275.11 g; W tym cukry: 42.51 g; Błonnik pok.: 26.42 g; Sól: 1.47 g;	Wartość energetyczna: 2089.60 kcal; Białko ogółem: 93.07 g; Tłuszcz: 61.88 g; Kw. tł. nasy.: 18.41 g; Węglowodany ogółem: 298.42 g; W tym cukry: 79.54 g; Błonnik pok.: 25.25 g; Sól: 1.42 g;	Wartość energetyczna: 2087.85 kcal; Białko ogółem: 101.65 g; Tłuszcz: 68.50 g; Kw. tł. nasy.: 20.35 g; Węglowodany ogółem: 275.33 g; W tym cukry: 37.35 g; Błonnik pok.: 27.24 g; Sól: 1.55 g;	Wartość energetyczna: 2418.80 kcal; Białko ogółem: 96.45 g; Tłuszcz: 62.23 g; Kw. tł. nasy.: 24.15 g; Węglowodany ogółem: 381.44 g; W tym cukry: 98.69 g; Błonnik pok.: 32.29 g; Sól: 6.37 g;	Wartość energetyczna: 2264.12 kcal; Białko ogółem: 79.52 g; Tłuszcz: 51.18 g; Kw. tł. nasy.: 16.66 g; Węglowodany ogółem: 382.86 g; W tym cukry: 97.55 g; Błonnik pok.: 29.10 g; Sól: 5.32 g;	Wartość energetyczna: 2273.73 kcal; Białko ogółem: 84.65 g; Tłuszcz: 64.07 g; Kw. tł. nasy.: 25.24 g; Węglowodany ogółem: 352.16 g; W tym cukry: 131.59 g; Błonnik pok.: 31.80 g; Sól: 5.37 g;	Wartość energetyczna: 2054.38 kcal; Białko ogółem: 49.65 g; Tłuszcz: 39.84 g; Kw. tł. nasy.: 14.42 g; Węglowodany ogółem: 386.58 g; W tym cukry: 118.06 g; Błonnik pok.: 24.87 g; Sól: 3.78 g;

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

	KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,niskolakt./mix	KRK- NAR II B Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR II C Papkowata/niskowęglowodanowa/-mix	KRK- NAR III Niskoresztkowa,niskolaktowazamielona	KRK- NAR III A Zapieraj./niskoresztk.,niskolakt./-miel.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoź.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona	
2024-10-07 poniedziałek	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez mleka 450 g (<u>MLE b/LAK.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Papka śn -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 75 g Dżem 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Dżem 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Dżem 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 150 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Koktajl bananowy 250 ml (<u>MLE.</u>)		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml	Koktajl bananowy 250 ml (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 150 ml	Koktajl bananowy 250 ml (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 150 ml
2024-10-07 poniedziałek	Obiad	Grysikowa () 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Galaretka o smaku pomarańczowym 150 g	Papka ob () -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretka o smaku pomarańczowym 150 g	Papka ob () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 150 g Jogurt naturalny bez laktozy 150g 0,66 szt (<u>MLE b/LAK.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretka o smaku pomarańczowym z owocami 150 g Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 150 g Jogurt naturalny bez laktozy 150g 0,66 szt (<u>MLE b/LAK.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretka o smaku pomarańczowym z owocami 150 g	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko z tłuszczem 150 g Mus z jabłek () z/c 150 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretka o smaku pomarańczowym z owocami 150 g	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Galaretka o smaku pomarańczowym 150 g Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)			Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)				Kleik ryżowy z jabłkiem 200 g
2024-10-07 poniedziałek	Kolacja	Woda mineralna niegazowana 250 ml Grysikowa () 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 90 g (<u>MLE.</u>) Mus z brzoskwiń 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (<u>MLE.</u>) Mus z brzoskwiń 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g
	PN		Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)						
	Wartość energetyczna: 1058.78 kcal; Białko ogółem: 37.23 g; Tłuszcz: 15.00 g; Kw. tł. nasy.: 3.20 g; Węglowodany ogółem: 196.90 g; W tym cukry: 24.46 g; Błonnik pok.: 7.80 g; Sól: 2.00 g;	Wartość energetyczna: 1960.25 kcal; Białko ogółem: 91.39 g; Tłuszcz: 67.73 g; Kw. tł. nasy.: 21.62 g; Węglowodany ogółem: 253.72 g; W tym cukry: 51.52 g; Błonnik pok.: 21.58 g; Sól: 1.49 g;	Wartość energetyczna: 2003.73 kcal; Białko ogółem: 88.62 g; Tłuszcz: 61.64 g; Kw. tł. nasy.: 19.88 g; Węglowodany ogółem: 280.61 g; W tym cukry: 88.55 g; Błonnik pok.: 20.38 g; Sól: 1.53 g;	Wartość energetyczna: 1991.78 kcal; Białko ogółem: 93.42 g; Tłuszcz: 67.47 g; Kw. tł. nasy.: 21.56 g; Węglowodany ogółem: 260.87 g; W tym cukry: 61.14 g; Błonnik pok.: 22.20 g; Sól: 1.69 g;	Wartość energetyczna: 2355.88 kcal; Białko ogółem: 80.69 g; Tłuszcz: 47.93 g; Kw. tł. nasy.: 23.48 g; Węglowodany ogółem: 406.95 g; W tym cukry: 115.05 g; Błonnik pok.: 18.44 g; Sól: 5.01 g;	Wartość energetyczna: 2121.37 kcal; Białko ogółem: 56.98 g; Tłuszcz: 32.77 g; Kw. tł. nasy.: 15.19 g; Węglowodany ogółem: 406.22 g; W tym cukry: 109.46 g; Błonnik pok.: 18.18 g; Sól: 4.09 g;	Wartość energetyczna: 2307.95 kcal; Białko ogółem: 73.85 g; Tłuszcz: 53.34 g; Kw. tł. nasy.: 26.93 g; Węglowodany ogółem: 388.91 g; W tym cukry: 134.88 g; Błonnik pok.: 17.26 g; Sól: 4.23 g;	Wartość energetyczna: 1916.71 kcal; Białko ogółem: 33.06 g; Tłuszcz: 26.25 g; Kw. tł. nasy.: 13.16 g; Węglowodany ogółem: 396.28 g; W tym cukry: 108.49 g; Błonnik pok.: 18.43 g; Sól: 2.68 g;	

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

	KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,niskolakt./mix	KRK- NAR II B Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR II C Papkowata/niskowęglowodanowa/-mix	KRK- NAR III Niskoresztkowa,niskolaktozowa-mielona	KRK- NAR III A Zapieraj./niskoresztk.,niskolakt./-miel.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoń.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona	
2024-10-08 wtorek	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g (<u>MLE b/LAK.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Papka śn -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta warzywna () 70 g (<u>SEL.</u>) Filet zapiekany drobiowy 75 g (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta warzywna () 70 g (<u>SEL.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta warzywna () 70 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Pasta warzywna () 70 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g
		II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml		Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)
Obiad	Grysikowa () 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Papka ob () -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Papka ob () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Solferino () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa (bez pieprzu) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy (bez pieprzu) () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy (bez pieprzu) () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Solferino () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy (bez pieprzu) () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy (bez pieprzu) () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	
	PD	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)		Jabłka prażone b/c 100 g Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)				Banan 200 g	
Kolaćja	Woda mineralna niegazowana 250 ml Grysikowa () 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ryba (dorsz) po grecku (bez pieprzu) () 100 g (<u>RYB, SEL.</u>) Banan 100 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Banan 100 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ryba (dorsz) po grecku (bez pieprzu) () 100 g (<u>RYB, SEL.</u>) Banan 100 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g	
	PN	Przecier owocowy jabłko 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)							
	Wartość energetyczna: 961.03 kcal; Białko ogółem: 35.00 g; Tłuszcz: 15.00 g; Kw. tł. nasy.: 3.20 g; Węglowodany ogółem: 175.15 g; W tym cukry: 24.46 g; Błonnik pok.: 7.80 g; Sól: 2.00 g;	Wartość energetyczna: 2051.30 kcal; Białko ogółem: 92.68 g; Tłuszcz: 71.04 g; Kw. tł. nasy.: 19.60 g; Węglowodany ogółem: 267.68 g; W tym cukry: 55.71 g; Błonnik pok.: 21.31 g; Sól: 1.51 g;	Wartość energetyczna: 2076.83 kcal; Białko ogółem: 89.55 g; Tłuszcz: 63.20 g; Kw. tł. nasy.: 19.65 g; Węglowodany ogółem: 294.31 g; W tym cukry: 99.04 g; Błonnik pok.: 20.13 g; Sól: 1.64 g;	Wartość energetyczna: 2099.25 kcal; Białko ogółem: 99.37 g; Tłuszcz: 68.62 g; Kw. tł. nasy.: 20.35 g; Węglowodany ogółem: 280.04 g; W tym cukry: 50.55 g; Błonnik pok.: 24.87 g; Sól: 1.55 g;	Wartość energetyczna: 2468.21 kcal; Białko ogółem: 101.76 g; Tłuszcz: 65.06 g; Kw. tł. nasy.: 23.75 g; Węglowodany ogółem: 380.89 g; W tym cukry: 107.68 g; Błonnik pok.: 28.07 g; Sól: 6.07 g;	Wartość energetyczna: 2299.68 kcal; Białko ogółem: 83.84 g; Tłuszcz: 56.47 g; Kw. tł. nasy.: 17.96 g; Węglowodany ogółem: 375.26 g; W tym cukry: 101.43 g; Błonnik pok.: 23.11 g; Sól: 6.36 g;	Wartość energetyczna: 2343.64 kcal; Białko ogółem: 94.27 g; Tłuszcz: 63.05 g; Kw. tł. nasy.: 25.59 g; Węglowodany ogółem: 360.61 g; W tym cukry: 123.40 g; Błonnik pok.: 25.93 g; Sól: 5.41 g;	Wartość energetyczna: 2179.97 kcal; Białko ogółem: 55.30 g; Tłuszcz: 36.69 g; Kw. tł. nasy.: 16.12 g; Węglowodany ogółem: 420.00 g; W tym cukry: 151.20 g; Błonnik pok.: 25.45 g; Sól: 4.02 g;	

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

	KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,niskolakt./mix	KRK- NAR II B Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR II C Papkowata/niskowęglowodanowa/-mix	KRK- NAR III Niskoresztkowa,niskolaktozowa-mielona	KRK- NAR III A Zapieraj./niskoresztk.,niskolakt./-miel.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoń.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona	
2024-10-09 środa	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g (<u>MLE b/LAK.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Papka śn -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,66 szt (<u>MLE b/LAK.</u>) Dżem 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,5 szt (<u>MLE b/LAK.</u>) Dżem 50 g	Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g
	II SN	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Kasza manna z jabłkiem prażonym (bez laktozy) 200 g (<u>GLU PSZ, MLE b/LAK.</u>)			Kasza manna z jabłkiem prażonym (bez laktozy) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE b/LAK.</u>)		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Grycikowa () 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Galaretką jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (<u>MLE.</u>)	Papka ob () -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretką jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (<u>MLE.</u>)	Papka ob () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Grycikowa () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemiaki gotowane () 200 g Budyń z udźca kurczaka (bez pieprzu) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos bazylkowy () (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Dynia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretką jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (<u>MLE.</u>)	Grycikowa () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Budyń z udźca kurczaka (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos bazylkowy () (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Dynia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretką jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (<u>MLE.</u>)	Grycikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemiaki z tłuszczem gotowane. () 150 g Budyń z udźca kurczaka (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos bazylkowy () (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Dynia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretką jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (<u>MLE.</u>)	Grycikowa () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Budyń z udźca kurczaka (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos bazylkowy () (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Dynia duszona z olejem* (bez pieprzu) 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Galaretką jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (<u>MLE.</u>) Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)			Mus z jabłek () b/c 100 g Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)				Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)
	Kolacja	Woda mineralna niegazowana 250 ml Grycikowa () 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 75 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.</u>) Jabłko pieczone 150 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 150 g Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.</u>)	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 150 g Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.</u>)	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g
	PN		Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt			Banana 1szt. 1 szt			
		Wartość energetyczna: 978.23 kcal; Białko ogółem: 39.18 g; Tłuszcz: 15.88 g; Kw. tł. nasy.: 3.68 g; Węglowodany ogółem: 172.48 g; W tym cukry: 7.02 g; Błonnik pok.: 7.18 g; Sól: 2.05 g;	Wartość energetyczna: 2016.59 kcal; Białko ogółem: 92.78 g; Tłuszcz: 68.16 g; Kw. tł. nasy.: 20.30 g; Węglowodany ogółem: 268.38 g; W tym cukry: 42.84 g; Błonnik pok.: 21.03 g; Sól: 1.55 g;	Wartość energetyczna: 2049.62 kcal; Białko ogółem: 89.65 g; Tłuszcz: 61.82 g; Kw. tł. nasy.: 18.56 g; Węglowodany ogółem: 293.66 g; W tym cukry: 79.87 g; Błonnik pok.: 19.86 g; Sól: 1.58 g;	Wartość energetyczna: 2088.82 kcal; Białko ogółem: 101.46 g; Tłuszcz: 69.26 g; Kw. tł. nasy.: 20.46 g; Węglowodany ogółem: 277.47 g; W tym cukry: 48.89 g; Błonnik pok.: 24.65 g; Sól: 1.66 g;	Wartość energetyczna: 2439.37 kcal; Białko ogółem: 88.65 g; Tłuszcz: 57.25 g; Kw. tł. nasy.: 26.61 g; Węglowodany ogółem: 410.01 g; W tym cukry: 127.38 g; Błonnik pok.: 25.33 g; Sól: 5.73 g;	Wartość energetyczna: 2313.19 kcal; Białko ogółem: 76.89 g; Tłuszcz: 46.94 g; Kw. tł. nasy.: 19.42 g; Węglowodany ogółem: 408.91 g; W tym cukry: 126.55 g; Błonnik pok.: 22.49 g; Sól: 4.66 g;	Wartość energetyczna: 2434.88 kcal; Białko ogółem: 86.61 g; Tłuszcz: 60.27 g; Kw. tł. nasy.: 24.48 g; Węglowodany ogółem: 400.33 g; W tym cukry: 151.31 g; Błonnik pok.: 25.72 g; Sól: 4.77 g;	Wartość energetyczna: 1964.98 kcal; Białko ogółem: 52.33 g; Tłuszcz: 36.49 g; Kw. tł. nasy.: 13.96 g; Węglowodany ogółem: 362.40 g; W tym cukry: 102.72 g; Błonnik pok.: 17.89 g; Sól: 3.54 g;

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

	KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,niskolakt./mix	KRK- NAR II B Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR II C Papkowata/niskowęglowodanowa/-mix	KRK- NAR III Niskoresztkowa,niskolaktowamielona	KRK- NAR III A Zapieraj./niskoresztk.,niskolakt./-miel.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoń.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona	
2024-10-10 czwartek	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g (<u>MLE b/LAK.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn.-NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Papka śn.-NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Papka śn.-NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 75 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem (bez pieprzu) () 70 g (<u>SEL.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem (bez pieprzu) () 70 g (<u>SEL.</u>)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem (bez pieprzu) () 70 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g
	II ŚN	Galaretko o smaku pomarańczowym 150 g Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Koktajl bananowy 300 ml (<u>MLE.</u>)	Koktajl bananowy 250 ml (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml	Koktajl bananowy 250 ml (<u>MLE.</u>)	Banan 200 g	Koktajl bananowy 250 ml (<u>MLE.</u>)	Banan 200 g
	Obiad	Grycikowa () 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob ()-NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Mus z jabłek () b/c 100 g Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)	Papka ob ()-NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 100 g Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)	Papka ob ()-NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy (bez pieprzu) () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 100 g Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Zrazik wieprzowy pieczony mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy (bez pieprzu) () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 100 g Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z tłuszczem 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Zrazik wieprzowy pieczony mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy (bez pieprzu) () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 150 g	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Zrazik wieprzowy pieczony mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 150 g Sos jarzynowy (bez pieprzu) () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)			Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)				Mus z jabłek () z/c 100 g Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)
	Kolacja	Woda mineralna niegazowana 250 ml Grycikowa () 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol ()-NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol ()-NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol ()-NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 75 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Dżem 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Dżem 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Dżem 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g
	PN		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Wartość energetyczna: 948.23 kcal; Białko ogółem: 37.08 g; Tłuszcz: 14.88 g; Kw. tł. nasy.: 3.08 g; Węglowodany ogółem: 169.38 g; W tym cukry: 4.92 g; Błonnik pok.: 7.18 g; Sól: 1.97 g;	Wartość energetyczna: 2120.08 kcal; Białko ogółem: 105.54 g; Tłuszcz: 72.50 g; Kw. tł. nasy.: 22.60 g; Węglowodany ogółem: 270.02 g; W tym cukry: 42.88 g; Błonnik pok.: 26.67 g; Sól: 1.69 g;	Wartość energetyczna: 2172.73 kcal; Białko ogółem: 104.78 g; Tłuszcz: 68.42 g; Kw. tł. nasy.: 22.35 g; Węglowodany ogółem: 293.86 g; W tym cukry: 90.50 g; Błonnik pok.: 22.36 g; Sól: 1.88 g;	Wartość energetyczna: 2040.13 kcal; Białko ogółem: 100.36 g; Tłuszcz: 69.67 g; Kw. tł. nasy.: 21.55 g; Węglowodany ogółem: 260.66 g; W tym cukry: 40.47 g; Błonnik pok.: 24.29 g; Sól: 1.76 g;	Wartość energetyczna: 2632.52 kcal; Białko ogółem: 110.74 g; Tłuszcz: 72.59 g; Kw. tł. nasy.: 28.61 g; Węglowodany ogółem: 398.58 g; W tym cukry: 110.87 g; Błonnik pok.: 34.40 g; Sól: 7.81 g;	Wartość energetyczna: 2492.23 kcal; Białko ogółem: 80.79 g; Tłuszcz: 55.39 g; Kw. tł. nasy.: 18.69 g; Węglowodany ogółem: 433.29 g; W tym cukry: 120.30 g; Błonnik pok.: 35.93 g; Sól: 6.12 g;	Wartość energetyczna: 2472.73 kcal; Białko ogółem: 95.10 g; Tłuszcz: 75.01 g; Kw. tł. nasy.: 30.30 g; Węglowodany ogółem: 369.28 g; W tym cukry: 131.39 g; Błonnik pok.: 30.04 g; Sól: 6.56 g;	Wartość energetyczna: 2285.29 kcal; Białko ogółem: 56.33 g; Tłuszcz: 43.12 g; Kw. tł. nasy.: 16.32 g; Węglowodany ogółem: 431.94 g; W tym cukry: 136.23 g; Błonnik pok.: 27.31 g; Sól: 3.66 g;	

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

	KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,niskolakt./mix	KRK- NAR II B Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR II C Papkowata/niskowęglowodanowa/-mix	KRK- NAR III Niskoresztkowa,niskolaktowamielona	KRK- NAR III A Zapieraj./niskoresztk.,niskolakt./-miel.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoń.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona	
2024-10-11 piątek	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g (<u>MLE b/LAK.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Papka śn -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtusty b/laktozy 90 g (<u>MLE b/LAK.</u>) Dżem 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtusty b/laktozy 60 g (<u>MLE b/LAK.</u>) Dżem 50 g	Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g
		Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Kleik ryżowy z jabłkiem 200 g	
Obiad	Grysikowa () 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml	Papka ob () -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml	Papka ob () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (bez pieprzu) (Dorsz) 100 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku (bez cukru) () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet z ryby (bez pieprzu) (Dorsz) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Bukiet jarzyn oprószony z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)	Ryżowa () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane. () 150 g Ryba pieczona (bez pieprzu) (Dorsz) 80 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku (bez cukru) () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet z ryby (bez pieprzu) (Dorsz) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Bukiet jarzyn oprószony z olejem () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	
	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)		Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml					Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)	
Kolacja	Woda mineralna niegazowana 250 ml Grysikowa () 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z białek, twarogu z koperkiem 90 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Mus z brzoskwiń 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z białek, twarogu z koperkiem 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Mus z brzoskwiń 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z białek, twarogu z koperkiem 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Mus z brzoskwiń 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g	
					Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt				
PN	Wartość energetyczna: 997.88 kcal; Białko ogółem: 35.05 g; Tłuszcz: 15.04 g; Kw. tł. nasy.: 3.24 g; Węglowodany ogółem: 184.32 g; W tym cukry: 30.97 g; Błonnik pok.: 8.00 g; Sól: 2.01 g;	Wartość energetyczna: 2062.50 kcal; Białko ogółem: 92.52 g; Tłuszcz: 71.12 g; Kw. tł. nasy.: 19.62 g; Węglowodany ogółem: 272.08 g; W tym cukry: 60.91 g; Błonnik pok.: 20.71 g; Sól: 1.52 g;	Wartość energetyczna: 2025.18 kcal; Białko ogółem: 86.94 g; Tłuszcz: 63.24 g; Kw. tł. nasy.: 19.03 g; Węglowodany ogółem: 285.54 g; W tym cukry: 95.63 g; Błonnik pok.: 19.33 g; Sól: 1.50 g;	Wartość energetyczna: 2093.78 kcal; Białko ogółem: 97.97 g; Tłuszcz: 71.41 g; Kw. tł. nasy.: 19.82 g; Węglowodany ogółem: 274.27 g; W tym cukry: 55.75 g; Błonnik pok.: 21.52 g; Sól: 1.69 g;	Wartość energetyczna: 2465.62 kcal; Białko ogółem: 97.44 g; Tłuszcz: 63.80 g; Kw. tł. nasy.: 28.08 g; Węglowodany ogółem: 387.47 g; W tym cukry: 118.46 g; Błonnik pok.: 23.78 g; Sól: 5.17 g;	Wartość energetyczna: 2485.92 kcal; Białko ogółem: 86.71 g; Tłuszcz: 60.05 g; Kw. tł. nasy.: 21.78 g; Węglowodany ogółem: 412.22 g; W tym cukry: 114.98 g; Błonnik pok.: 24.92 g; Sól: 5.19 g;	Wartość energetyczna: 2427.90 kcal; Białko ogółem: 93.14 g; Tłuszcz: 68.39 g; Kw. tł. nasy.: 28.40 g; Węglowodany ogółem: 370.31 g; W tym cukry: 142.05 g; Błonnik pok.: 21.44 g; Sól: 4.33 g;	Wartość energetyczna: 2041.78 kcal; Białko ogółem: 51.94 g; Tłuszcz: 36.63 g; Kw. tł. nasy.: 13.78 g; Węglowodany ogółem: 387.53 g; W tym cukry: 110.77 g; Błonnik pok.: 22.73 g; Sól: 3.97 g;	

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

		KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,niskolakt./mix	KRK- NAR II B Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR II C Papkowata/niskowęglowodanowa/-mix	KRK- NAR III Niskoresztkowa,niskolaktowozamielona	KRK- NAR III A Zapieraj./niskoresztk.,niskolakt./-miel.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoł.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona
2024-10-12 sobota	Sniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g (<u>MLE b/LAK.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Papka śn -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 75 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Dżem 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Dżem 50 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Dżem 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g
	II ŚN	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Koktajl bananowy 250 ml (<u>MLE.</u>)		Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Jabłka prażone b/c 100 g	Koktajl bananowy 250 ml (<u>MLE.</u>)	Banan 200 g	Koktajl bananowy 250 ml (<u>MLE.</u>)	Banan 200 g
	Obiad	Grycikowa () 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Galaretką o smaku cytrynowym 150 g	Papka ob () -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretką o smaku cytrynowym 150 g	Papka ob () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Potrawka drobiowa (bez pieprzu) () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem (bez pieprzu) () 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretką o smaku cytrynowym 150 g Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Mięso drobiowe mielone w sosie w/ (bez pieprzu) 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretką o smaku cytrynowym 150 g	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko z tłuszczem 150 g (<u>GLU JECZ.</u>) Potrawka drobiowa (bez pieprzu) () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem (bez pieprzu) () 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretką o smaku cytrynowym 150 g	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Mięso drobiowe mielone w sosie w/ (bez pieprzu) 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Galaretką o smaku cytrynowym 150 g Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)			Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)				Galaretką o smaku cytrynowym 150 g
	Kolaćca	Woda mineralna niegazowana 250 ml Grycikowa () 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 75 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem () 70 g (<u>SEL.</u>)	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem () 70 g (<u>SEL.</u>)	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem () 70 g (<u>SEL.</u>)	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g
	PN	Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt							
	Wartość energetyczna: 948.23 kcal; Białko ogółem: 37.08 g; Tłuszcz: 14.88 g; Kw. tł. nasy.: 3.08 g; Węglowodany ogółem: 169.38 g; W tym cukry: 4.92 g; Błonnik pok.: 7.18 g; Sól: 1.97 g;	Wartość energetyczna: 2001.05 kcal; Białko ogółem: 94.15 g; Tłuszcz: 72.89 g; Kw. tł. nasy.: 24.85 g; Węglowodany ogółem: 250.09 g; W tym cukry: 39.40 g; Błonnik pok.: 23.95 g; Sól: 1.52 g;	Wartość energetyczna: 2044.53 kcal; Białko ogółem: 91.38 g; Tłuszcz: 66.80 g; Kw. tł. nasy.: 23.11 g; Węglowodany ogółem: 276.98 g; W tym cukry: 76.43 g; Błonnik pok.: 22.75 g; Sól: 1.56 g;	Wartość energetyczna: 2020.30 kcal; Białko ogółem: 102.85 g; Tłuszcz: 68.90 g; Kw. tł. nasy.: 21.99 g; Węglowodany ogółem: 256.74 g; W tym cukry: 38.38 g; Błonnik pok.: 26.69 g; Sól: 1.68 g;	Wartość energetyczna: 2548.86 kcal; Białko ogółem: 100.87 g; Tłuszcz: 76.74 g; Kw. tł. nasy.: 30.40 g; Węglowodany ogółem: 384.35 g; W tym cukry: 102.52 g; Błonnik pok.: 30.08 g; Sól: 7.01 g;	Wartość energetyczna: 2549.77 kcal; Białko ogółem: 92.92 g; Tłuszcz: 69.89 g; Kw. tł. nasy.: 20.04 g; Węglowodany ogółem: 406.83 g; W tym cukry: 114.72 g; Błonnik pok.: 32.25 g; Sól: 6.17 g;	Wartość energetyczna: 2399.72 kcal; Białko ogółem: 87.47 g; Tłuszcz: 79.79 g; Kw. tł. nasy.: 32.90 g; Węglowodany ogółem: 349.11 g; W tym cukry: 111.99 g; Błonnik pok.: 26.90 g; Sól: 5.70 g;	Wartość energetyczna: 2350.76 kcal; Białko ogółem: 69.54 g; Tłuszcz: 55.42 g; Kw. tł. nasy.: 16.90 g; Węglowodany ogółem: 405.48 g; W tym cukry: 130.65 g; Błonnik pok.: 23.63 g; Sól: 3.89 g;	

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

	KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,niskolakt./mix	KRK- NAR II B Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR II C Papkowata/niskowęglowodanowa/-mix	KRK- NAR III Niskoresztkowa,niskolaktowamielona	KRK- NAR III A Zapieraj./niskoresztk.,niskolakt./-miel.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoń.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona	
2024-10-13 niedziela	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g (MLE b/LAK.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Papka śn -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Papka śn -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Papka śn -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,66 szt (MLE b/LAK.) Dżem 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,5 szt (MLE b/LAK.) Dżem 50 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Dżem 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 60 g
	II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml		Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)			
Obiad	Grysikowa () 450 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (MLE.)	Papka ob () -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (MLE.)	Papka ob () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Klopsik wieprzowy (bez pieprzu) 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny (bez pieprzu) () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (MLE.)	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Klopsik wieprzowy (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny (bez pieprzu) () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (MLE.)	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem gotowane. () 150 g Klopsik wieprzowy (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny (bez pieprzu) () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (MLE.)	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Klopsik wieprzowy (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny (bez pieprzu) () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	
	PD	Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (MLE.) Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)			Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (MLE.)			
Kolacja	Woda mineralna niegazowana 250 ml Grysikowa () 450 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 75 g (MLE.) Mus z brzoskwiń 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Mus z brzoskwiń 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Mus z brzoskwiń 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 60 g	
	PN	Mus- przecier owocowy jablko 100g (tubka) 1 szt							
	Wartość energetyczna: 1088.78 kcal; Białko ogółem: 39.33 g; Tłuszcz: 16.00 g; Kw. tł. nasy.: 3.80 g; Węglowodany ogółem: 200.00 g; W tym cukry: 26.56 g; Błonnik pok.: 7.80 g; Sól: 2.08 g;	Wartość energetyczna: 2076.75 kcal; Białko ogółem: 90.85 g; Tłuszcz: 67.92 g; Kw. tł. nasy.: 20.30 g; Węglowodany ogółem: 284.98 g; W tym cukry: 60.61 g; Błonnik pok.: 20.71 g; Sól: 1.45 g;	Wartość energetyczna: 2109.78 kcal; Białko ogółem: 87.72 g; Tłuszcz: 61.58 g; Kw. tł. nasy.: 18.56 g; Węglowodany ogółem: 310.26 g; W tym cukry: 97.64 g; Błonnik pok.: 19.53 g; Sól: 1.49 g;	Wartość energetyczna: 2070.28 kcal; Białko ogółem: 98.27 g; Tłuszcz: 70.21 g; Kw. tł. nasy.: 21.69 g; Węglowodany ogółem: 271.62 g; W tym cukry: 59.65 g; Błonnik pok.: 21.52 g; Sól: 1.78 g;	Wartość energetyczna: 2507.12 kcal; Białko ogółem: 94.74 g; Tłuszcz: 69.20 g; Kw. tł. nasy.: 28.17 g; Węglowodany ogółem: 384.97 g; W tym cukry: 110.58 g; Błonnik pok.: 16.69 g; Sól: 5.37 g;	Wartość energetyczna: 2340.91 kcal; Białko ogółem: 78.89 g; Tłuszcz: 57.19 g; Kw. tł. nasy.: 20.20 g; Węglowodany ogółem: 384.42 g; W tym cukry: 105.38 g; Błonnik pok.: 13.37 g; Sól: 4.41 g;	Wartość energetyczna: 2362.12 kcal; Białko ogółem: 86.70 g; Tłuszcz: 69.97 g; Kw. tł. nasy.: 24.59 g; Węglowodany ogółem: 353.56 g; W tym cukry: 119.83 g; Błonnik pok.: 13.99 g; Sól: 4.44 g;	Wartość energetyczna: 2158.83 kcal; Białko ogółem: 56.53 g; Tłuszcz: 47.82 g; Kw. tł. nasy.: 16.49 g; Węglowodany ogółem: 381.07 g; W tym cukry: 106.64 g; Błonnik pok.: 12.83 g; Sól: 3.41 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,