

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-25 do dnia 2024-12-08 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

	KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,niskolakat./mix	KRK- NAR II B Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR II C Papkowata/niskowęglowodanowa/-mix	KRK- NAR III Niskoresztkowa,niskolakotzowa-mielona	KRK- NAR III A Zapieraj./niskoresztk.,niskolakat./-miel.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoł.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona	
2024-11-25 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	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 2,5% tł 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 bazylkowy (bez pieprzu)* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) 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 bazylkowy (bez pieprzu)* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) 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 bazylkowy (bez pieprzu)* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Jogurt naturalny 2,5% tł 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) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) 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 2,5% tł 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 jabłko-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: 90.92 g; Tłuszcz: 64.17 g; Kw. tł. nasy.: 20.35 g; Węglowodany ogółem: 278.42 g; W tym cukry: 68.49 g; Błonnik pok.: 19.21 g; Sól: 1.63 g;	Wartość energetyczna: 2068.28 kcal; Białko ogółem: 97.47 g; Tłuszcz: 70.96 g; Kw. tł. nasy.: 22.45 g; Węglowodany ogółem: 270.27 g; W tym cukry: 52.35 g; Błonnik pok.: 22.02 g; Sól: 1.80 g;	Wartość energetyczna: 2439.48 kcal; Białko ogółem: 105.65 g; Tłuszcz: 68.88 g; Kw. tł. nasy.: 25.35 g; Węglowodany ogółem: 362.01 g; W tym cukry: 76.95 g; Błonnik pok.: 26.11 g; Sól: 7.14 g;	Wartość energetyczna: 2178.17 kcal; Białko ogółem: 81.11 g; Tłuszcz: 52.25 g; Kw. tł. nasy.: 16.48 g; Węglowodany ogółem: 358.60 g; W tym cukry: 75.94 g; Błonnik pok.: 26.05 g; Sól: 6.15 g;	Wartość energetyczna: 2346.48 kcal; Białko ogółem: 93.99 g; Tłuszcz: 64.07 g; Kw. tł. nasy.: 27.10 g; Węglowodany ogółem: 360.41 g; W tym cukry: 92.10 g; Błonnik pok.: 24.46 g; Sól: 6.03 g;	Wartość energetyczna: 2098.91 kcal; Białko ogółem: 55.15 g; Tłuszcz: 41.95 g; Kw. tł. nasy.: 14.48 g; Węglowodany ogółem: 386.92 g; W tym cukry: 96.90 g; Błonnik pok.: 25.81 g; Sól: 4.20 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-25 do dnia 2024-12-08 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 żoł.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona	
2024-11-26 wtorek	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.) Twarożek z koperkiem 90 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.) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE.) Dżem 50 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt (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 z koperkiem 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 SN	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,33 szt (MLE b/LAK.) Mus z jabłek () b/c 100 g	Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Mus z jabłek () b/c 100 g	Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Mus z jabłek () b/c 100 g	Mus z jabłek () z/c 100 g Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,33 szt (MLE b/LAK.)	Mus z jabłek () z/c 100 g Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Mus z jabłek () z/c 150 g	Mus z jabłek () z/c 100 g Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)
	Obiad	Grysiwka () 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 truskawkowym 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 truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml	Papka ob () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Klopsik wieprzowy (bez pieprzu) 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny (bez pieprzu) () 100 ml (GLU PSZ.) 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 (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Klopsik wieprzowy (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny (bez pieprzu) () 100 ml (GLU PSZ.) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ.) Klopsik wieprzowy (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny (bez pieprzu) () 100 ml (GLU PSZ.) 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 (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Klopsik wieprzowy (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny (bez pieprzu) () 100 ml (GLU PSZ.) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)			Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml				Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml
	Kolacja	Woda mineralna niegazowana 250 ml Grysiwka () 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 poł. kaw. mięsa 75 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Pasta warzywna (bez pieprzu) () 70 g (SEL.)	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 poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Pasta warzywna (bez pieprzu) () 70 g (SEL.)	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 poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Pasta warzywna (bez pieprzu) () 70 g (SEL.)	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: 2046.20 kcal; Białko ogółem: 94.10 g; Tłuszcz: 70.42 g; Kw. tł. nasy.: 22.19 g; Węglowodany ogółem: 267.55 g; W tym cukry: 42.42 g; Błonnik pok.: 26.00 g; Sól: 1.42 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: 2564.73 kcal; Białko ogółem: 99.34 g; Tłuszcz: 73.87 g; Kw. tł. nasy.: 28.79 g; Węglowodany ogółem: 388.16 g; W tym cukry: 103.00 g; Błonnik pok.: 31.89 g; Sól: 6.01 g;	Wartość energetyczna: 2444.61 kcal; Białko ogółem: 83.28 g; Tłuszcz: 54.18 g; Kw. tł. nasy.: 18.82 g; Węglowodany ogółem: 420.32 g; W tym cukry: 97.45 g; Błonnik pok.: 35.13 g; Sól: 5.07 g;	Wartość energetyczna: 2331.62 kcal; Białko ogółem: 81.91 g; Tłuszcz: 66.64 g; Kw. tł. nasy.: 26.24 g; Węglowodany ogółem: 362.69 g; W tym cukry: 114.51 g; Błonnik pok.: 29.99 g; Sól: 4.90 g;	Wartość energetyczna: 2246.96 kcal; Białko ogółem: 57.09 g; Tłuszcz: 44.57 g; Kw. tł. nasy.: 16.36 g; Węglowodany ogółem: 416.78 g; W tym cukry: 113.71 g; Błonnik pok.: 25.15 g; Sól: 3.45 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-25 do dnia 2024-12-08 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

	KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,niskolakat./mix	KRK- NAR II B Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR II C Papkowata/niskowęglowodanowa/-mix	KRK- NAR III Niskoresztkowa,niskolakotzowa-mielona	KRK- NAR III A Zapieraj./niskoresztk.,niskolakat./-miel.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoł.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona		
2024-11-27 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> ) Szyunka 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> ) Szyunka 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> ) Szyunka 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	
	II SN	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	
	PD	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	
	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> ) 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	
	PN		Przecier owocowy jabłko 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE.</u> )							
		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: 2416.66 kcal; Białko ogółem: 88.34 g; Tłuszcz: 57.98 g; Kw. tł. nasy.: 22.95 g; Węglowodany ogółem: 401.43 g; W tym cukry: 147.70 g; Błonnik pok.: 27.43 g; Sól: 7.33 g;	Wartość energetyczna: 2286.82 kcal; Białko ogółem: 74.08 g; Tłuszcz: 48.08 g; Kw. tł. nasy.: 16.70 g; Węglowodany ogółem: 403.03 g; W tym cukry: 146.90 g; Błonnik pok.: 24.65 g; Sól: 5.85 g;	Wartość energetyczna: 2505.69 kcal; Białko ogółem: 86.09 g; Tłuszcz: 68.67 g; Kw. tł. nasy.: 26.00 g; Węglowodany ogółem: 400.22 g; W tym cukry: 175.80 g; Błonnik pok.: 28.03 g; Sól: 6.04 g;	Wartość energetyczna: 1967.21 kcal; Białko ogółem: 50.81 g; Tłuszcz: 40.41 g; Kw. tł. nasy.: 15.01 g; Węglowodany ogółem: 360.67 g; W tym cukry: 118.44 g; Błonnik pok.: 19.20 g; Sól: 3.76 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-25 do dnia 2024-12-08 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

	KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,niskolakat./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.,niskolakat./-miel.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoł.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona	
2024-11-28 czwartek	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 makiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Papka śn -NAR 500 ml ( GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Kawa zbożowa z makiem/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.) Mus z ananasa 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.) Mus z ananasa 50 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Kawa zbożowa z makiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Mus z ananasa 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
		Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE)	Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (MLE)	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Jabłko pieczone 150 g	Biskopki 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 Galaretką o smaku cytrynowym 150 g	Papka ob () -NAR 450 ml ( GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretką o smaku cytrynowym 150 g	Papka ob () -NAR 500 ml ( GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*(t) 350 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretką o smaku cytrynowym 150 g	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 350 g (SEL.) Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretką o smaku cytrynowym 150 g	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*(t) 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (GLU PSZ.) 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 (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 350 g (SEL.) Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)		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 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 pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 75 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE, SEL.)	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% 10 g (MLE.) Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE, SEL.)	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 pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE, SEL.)	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
			Mus owocowo-warzywny 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: 91.42 g; Tłuszcz: 63.67 g; Kw. tł. nasy.: 20.25 g; Węglowodany ogółem: 272.42 g; W tym cukry: 53.49 g; Błonnik pok.: 20.41 g; Sól: 1.53 g;	Wartość energetyczna: 2008.73 kcal; Białko ogółem: 97.62 g; Tłuszcz: 69.67 g; Kw. tł. nasy.: 21.86 g; Węglowodany ogółem: 255.27 g; W tym cukry: 34.17 g; Błonnik pok.: 23.02 g; Sól: 1.73 g;	Wartość energetyczna: 2571.29 kcal; Białko ogółem: 93.04 g; Tłuszcz: 81.66 g; Kw. tł. nasy.: 30.39 g; Węglowodany ogółem: 380.93 g; W tym cukry: 63.08 g; Błonnik pok.: 29.06 g; Sól: 6.56 g;	Wartość energetyczna: 2426.49 kcal; Białko ogółem: 85.62 g; Tłuszcz: 68.41 g; Kw. tł. nasy.: 23.28 g; Węglowodany ogółem: 378.78 g; W tym cukry: 60.83 g; Błonnik pok.: 24.57 g; Sól: 5.54 g;	Wartość energetyczna: 2199.98 kcal; Białko ogółem: 77.68 g; Tłuszcz: 65.47 g; Kw. tł. nasy.: 23.77 g; Węglowodany ogółem: 338.73 g; W tym cukry: 105.95 g; Błonnik pok.: 28.33 g; Sól: 4.97 g;	Wartość energetyczna: 2078.61 kcal; Białko ogółem: 55.01 g; Tłuszcz: 46.23 g; Kw. tł. nasy.: 15.91 g; Węglowodany ogółem: 369.63 g; W tym cukry: 109.30 g; Błonnik pok.: 18.38 g; Sól: 3.25 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-25 do dnia 2024-12-08 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

	KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,niskolak. /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.,niskolak./-miel.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoł.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona	
2024-11-29 piątek	Shiadańie	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 makiem/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 makiem/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 makiem/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
	II ŚN	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 Biszkopty b/m 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u> )	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml	Kisiel o smaku wiśniowym 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 Galaretka 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 Galaretka 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 oprószany z olejem () 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretka 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 oprószany z olejem () 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretka 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 oprószany z olejem () 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretka 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 oprószany z olejem () 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml	
PD	Galaretka 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		
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 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	
PN	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: 2503.35 kcal; Białko ogółem: 110.12 g; Tłuszcz: 69.09 g; Kw. tł. nasy.: 29.33 g; Węglowodany ogółem: 372.45 g; W tym cukry: 84.66 g; Błonnik pok.: 26.83 g; Sól: 6.13 g;	Wartość energetyczna: 2408.79 kcal; Białko ogółem: 85.14 g; Tłuszcz: 57.07 g; Kw. tł. nasy.: 19.63 g; Węglowodany ogółem: 399.02 g; W tym cukry: 102.49 g; Błonnik pok.: 23.71 g; Sól: 4.38 g;	Wartość energetyczna: 2423.46 kcal; Białko ogółem: 90.66 g; Tłuszcz: 70.94 g; Kw. tł. nasy.: 27.51 g; Węglowodany ogółem: 366.30 g; W tym cukry: 121.51 g; Błonnik pok.: 24.31 g; Sól: 4.51 g;	Wartość energetyczna: 2206.48 kcal; Białko ogółem: 56.29 g; Tłuszcz: 41.47 g; Kw. tł. nasy.: 13.75 g; Węglowodany ogółem: 413.60 g; W tym cukry: 148.70 g; Błonnik pok.: 23.17 g; Sól: 3.72 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-25 do dnia 2024-12-08 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 żoł.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona	
2024-11-30 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> ) Pasztet 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> ) Pasztet 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> ) Pasztet 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 2,5% tł 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	Grysiwka () 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 Banan 200 g
	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 Grysiwka () 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: 100.81 g; Tłuszcz: 71.98 g; Kw. tł. nasy.: 24.59 g; Węglowodany ogółem: 257.06 g; W tym cukry: 54.96 g; Błonnik pok.: 21.59 g; Sól: 1.88 g;	Wartość energetyczna: 2586.97 kcal; Białko ogółem: 104.91 g; Tłuszcz: 77.97 g; Kw. tł. nasy.: 31.13 g; Węglowodany ogółem: 376.39 g; W tym cukry: 122.60 g; Błonnik pok.: 24.97 g; Sól: 6.22 g;	Wartość energetyczna: 2575.58 kcal; Białko ogółem: 95.82 g; Tłuszcz: 77.72 g; Kw. tł. nasy.: 23.14 g; Węglowodany ogółem: 386.82 g; W tym cukry: 127.64 g; Błonnik pok.: 30.97 g; Sól: 5.90 g;	Wartość energetyczna: 2442.21 kcal; Białko ogółem: 89.02 g; Tłuszcz: 75.55 g; Kw. tł. nasy.: 27.26 g; Węglowodany ogółem: 361.46 g; W tym cukry: 144.33 g; Błonnik pok.: 24.58 g; Sól: 4.95 g;	Wartość energetyczna: 2289.97 kcal; Białko ogółem: 72.68 g; Tłuszcz: 58.07 g; Kw. tł. nasy.: 19.46 g; Węglowodany ogółem: 382.35 g; W tym cukry: 133.81 g; Błonnik pok.: 26.12 g; Sól: 4.31 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-25 do dnia 2024-12-08 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

	KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,niskolakat./mix	KRK- NAR II B Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR II C Papkowata/niskowęglowodanowa/-mix	KRK- NAR III Niskoresztkowa,niskolakotzowa-mielona	KRK- NAR III A Zapieraj./niskoresztk.,niskolakat./-miel.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoł.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona	
2024-12-01 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, ) 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 SN	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 (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 (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 (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 (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 poł. kaw. mięsa 75 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02, ) 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% 10 g (MLE, ) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02, ) 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% 15 g (MLE, ) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02, ) 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 0,3l 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: 2433.96 kcal; Białko ogółem: 99.54 g; Tłuszcz: 63.33 g; Kw. tł. nasy.: 24.43 g; Węglowodany ogółem: 379.15 g; W tym cukry: 97.50 g; Błonnik pok.: 31.24 g; Sól: 6.36 g;	Wartość energetyczna: 2279.28 kcal; Białko ogółem: 82.61 g; Tłuszcz: 52.28 g; Kw. tł. nasy.: 16.94 g; Węglowodany ogółem: 380.57 g; W tym cukry: 96.36 g; Błonnik pok.: 28.05 g; Sól: 5.31 g;	Wartość energetyczna: 2288.90 kcal; Białko ogółem: 87.74 g; Tłuszcz: 65.16 g; Kw. tł. nasy.: 25.52 g; Węglowodany ogółem: 349.87 g; W tym cukry: 130.41 g; Błonnik pok.: 30.75 g; Sól: 5.36 g;	Wartość energetyczna: 2069.54 kcal; Białko ogółem: 52.74 g; Tłuszcz: 40.93 g; Kw. tł. nasy.: 14.70 g; Węglowodany ogółem: 384.29 g; W tym cukry: 116.87 g; Błonnik pok.: 23.82 g; Sól: 3.78 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-25 do dnia 2024-12-08 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

	KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,niskolakat./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.,niskolakat./-miel.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoł.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona	
2024-12-02 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.)	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.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 75 g 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.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g 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 SN	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 150 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	Koktajl bananowy 250 ml (MLE.)		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml	Koktajl bananowy 250 ml (MLE.)	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 150 ml	Koktajl bananowy 250 ml (MLE.)	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 150 ml
	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 Galaretko o smaku pomarańczowym 150 g	Papka ob () -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretko o smaku pomarańczowym 150 g	Papka ob () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 150 g Jogurt naturalny bez laktozy 150g 0,66 szt (MLE b/LAK.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretko o smaku pomarańczowym z owocami 150 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.)	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 150 g Jogurt naturalny bez laktozy 150g 0,66 szt (MLE b/LAK.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretko o smaku pomarańczowym z owocami 150 g	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko z tłuszczem 150 g Mus z jabłek () z/c 150 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretko o smaku pomarańczowym z owocami 150 g	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Galaretko o smaku pomarańczowym 150 g Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)			Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (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, 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, 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, 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.) Pasta z twarogu z koperkiem 90 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.) Twaróg półtusty b/laktozy 60 g (MLE b/LAK.) 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.) Pasta z twarogu z koperkiem 70 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	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)							
	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 2024-11-25 do dnia 2024-12-08 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

	KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,niskolakat./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.,niskolakat./-miel.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoł.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona	
2024-12-03 wtorek	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.) Pasta warzywna () 70 g (SEL.) 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.) Pasta warzywna () 70 g (SEL.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Pasta warzywna () 70 g (SEL.) 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 SN	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	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 (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	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 (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 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 2,5% tł 150g 1 szt (MLE)	Papka ob () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Solferino () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń ryżyska wieprzowa (bez pieprzu) 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy (bez pieprzu) () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń ryżyska wieprzowa (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy (bez pieprzu) () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 150 g Pieczeń ryżyska wieprzowa (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy (bez pieprzu) () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE)	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń ryżyska wieprzowa (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy (bez pieprzu) () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE)				Banan 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.) Ryba (dorsz) po grecku (bez pieprzu) () 100 g (RYB, SEL.) Banan 100 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 pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Banan 100 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.) Ryba (dorsz) po grecku (bez pieprzu) () 100 g (RYB, SEL.) Banan 100 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		Przecier owocowy jabłko 120g 1 szt ( może zawierać: MLE.)							
	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: 89.25 g; Tłuszcz: 63.95 g; Kw. tł. nasy.: 20.41 g; Węglowodany ogółem: 292.96 g; W tym cukry: 92.74 g; Błonnik pok.: 20.13 g; Sól: 1.57 g;	Wartość energetyczna: 2075.08 kcal; Białko ogółem: 97.83 g; Tłuszcz: 70.58 g; Kw. tł. nasy.: 22.35 g; Węglowodany ogółem: 269.87 g; W tym cukry: 50.55 g; Błonnik pok.: 22.12 g; Sól: 1.70 g;	Wartość energetyczna: 2468.26 kcal; Białko ogółem: 101.78 g; Tłuszcz: 65.06 g; Kw. tł. nasy.: 23.15 g; Węglowodany ogółem: 380.88 g; W tym cukry: 107.25 g; Błonnik pok.: 28.07 g; Sól: 6.07 g;	Wartość energetyczna: 2299.73 kcal; Białko ogółem: 83.86 g; Tłuszcz: 56.47 g; Kw. tł. nasy.: 17.36 g; Węglowodany ogółem: 375.25 g; W tym cukry: 101.00 g; Błonnik pok.: 23.11 g; Sól: 6.36 g;	Wartość energetyczna: 2280.60 kcal; Białko ogółem: 92.61 g; Tłuszcz: 63.73 g; Kw. tł. nasy.: 25.89 g; Węglowodany ogółem: 344.39 g; W tym cukry: 116.56 g; Błonnik pok.: 24.77 g; Sól: 5.20 g;	Wartość energetyczna: 2180.02 kcal; Białko ogółem: 55.32 g; Tłuszcz: 36.69 g; Kw. tł. nasy.: 15.52 g; Węglowodany ogółem: 419.99 g; W tym cukry: 150.77 g; Błonnik pok.: 25.45 g; Sól: 4.02 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-25 do dnia 2024-12-08 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 żoł.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona	
2024-12-04 środa	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.)	Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Papka śn -NAR 450 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	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.) Serek homo. naturalny 80 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
		Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	Kasza manna z jabłkiem prażonym (bez laktozy) 200 g (GLU PSZ, MLE b/LAK.)			Kasza manna z jabłkiem prażonym (bez laktozy) 150 g (GLU PSZ, MLE b/LAK.)		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko pieczone 150 g
2024-12-04 środa	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	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Budyń z udźca kurczaka (bez pieprzu) 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos bazylkowy () (bez pieprzu) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) 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 Budyń z udźca kurczaka (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos bazylkowy () (bez pieprzu) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (MLE.)	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem gotowane. () 150 g Budyń z udźca kurczaka (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos bazylkowy () (bez pieprzu) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) 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 Budyń z udźca kurczaka (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos bazylkowy () (bez pieprzu) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Dynia duszona z olejem* (bez pieprzu) 150 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 300 ml
		Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (MLE.) Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)				Mus z jabłek () b/c 100 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.)			Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)
2024-12-04 środa	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 krusza z pieca wieprzowa, parzona 75 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) 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 (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g Szynka krusza z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.)	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.) Jabłko pieczone 150 g Szynka krusza z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.)	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
			Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt			Banan 1szt. 1 szt			
	PN	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 2024-11-25 do dnia 2024-12-08 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, niskolaktowa-mielona	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		
2024-12-05 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 młkiem/p 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Kawa zbożowa z młkiem/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% 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> )	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 młkiem/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 SN	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	Grysiwka () 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 () 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 () 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 () 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 () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml	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 () 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 2,5% tł 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 Grysiwka () 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, 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 poł. 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 poł. 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	
		BN	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: 100.06 g; Tłuszcz: 70.42 g; Kw. tł. nasy.: 22.31 g; Węglowodany ogółem: 259.31 g; W tym cukry: 34.17 g; Błonnik pok.: 24.29 g; Sól: 1.69 g;	Wartość energetyczna: 2632.57 kcal; Białko ogółem: 110.76 g; Tłuszcz: 72.59 g; Kw. tł. nasy.: 28.01 g; Węglowodany ogółem: 398.57 g; W tym cukry: 110.44 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: 2472.76 kcal; Białko ogółem: 95.12 g; Tłuszcz: 75.01 g; Kw. tł. nasy.: 29.85 g; Węglowodany ogółem: 369.28 g; W tym cukry: 131.07 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 2024-11-25 do dnia 2024-12-08 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 żoł.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona	
2024-12-06 piątek	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 Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 60 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	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (MLE.)	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)	Kleik ryżowy z jabłkiem 200 g		
	Obiad	Grycikowa () 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 truskawkowym 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 truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml	Papka ob () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (bez pieprzu) (Dorsz) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku (bez cukru) () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml Sos jarzynowy (bez pieprzu) () 100 ml (GLU PSZ, SEL.)	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet z ryby (bez pieprzu) (Dorsz) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Bukiet jarzyn oprószony z olejem () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.) Sos jarzynowy (bez pieprzu) () 100 ml (GLU PSZ, SEL.)	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem gotowane. () 150 g Ryba pieczona (bez pieprzu) (Dorsz) 80 g (RYB.) Warzywa po grecku (bez cukru) () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.) Sos jarzynowy (bez pieprzu) () 100 ml (GLU PSZ, SEL.)	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet z ryby (bez pieprzu) (Dorsz) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Bukiet jarzyn oprószony z olejem () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)		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 (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	
	Kolacja	Woda mineralna niegazowana 250 ml Grycikowa () 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.) Pasta z białek, twarogu z koperkiem 90 g (JAJ, 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% 10 g (MLE.) Pasta z białek, twarogu z koperkiem 80 g (JAJ, 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% 15 g (MLE.) Pasta z białek, twarogu z koperkiem 80 g (JAJ, 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	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 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: 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: 2068.28 kcal; Białko ogółem: 97.37 g; Tłuszcz: 69.91 g; Kw. tł. nasy.: 21.92 g; Węglowodany ogółem: 271.12 g; W tym cukry: 55.75 g; Błonnik pok.: 21.52 g; Sól: 1.75 g;	Wartość energetyczna: 2491.75 kcal; Białko ogółem: 98.27 g; Tłuszcz: 63.92 g; Kw. tł. nasy.: 27.49 g; Węglowodany ogółem: 393.38 g; W tym cukry: 118.96 g; Błonnik pok.: 24.70 g; Sól: 5.31 g;	Wartość energetyczna: 2512.05 kcal; Białko ogółem: 87.54 g; Tłuszcz: 60.17 g; Kw. tł. nasy.: 21.19 g; Węglowodany ogółem: 418.13 g; W tym cukry: 115.48 g; Błonnik pok.: 25.84 g; Sól: 5.33 g;	Wartość energetyczna: 2454.02 kcal; Białko ogółem: 93.67 g; Tłuszcz: 69.26 g; Kw. tł. nasy.: 28.72 g; Węglowodany ogółem: 374.87 g; W tym cukry: 136.36 g; Błonnik pok.: 22.36 g; Sól: 4.40 g;	Wartość energetyczna: 2041.83 kcal; Białko ogółem: 51.96 g; Tłuszcz: 36.63 g; Kw. tł. nasy.: 13.18 g; Węglowodany ogółem: 387.52 g; W tym cukry: 110.34 g; Błonnik pok.: 22.73 g; Sól: 3.97 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-25 do dnia 2024-12-08 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 żoł.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona	
2024-12-07 sobota	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g ( <b>MLE b/LAK.</b> )	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</b> )	Papka śn -NAR 450 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</b> ) Kawa zbożowa z makiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Papka śn -NAR 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</b> )	Kawa zbożowa z makiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Papka śn -NAR 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</b> )	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 75 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.</b> ) Dżem 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.</b> ) Dżem 50 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.</b> ) Dżem 60 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 60 g
		Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt ( <b>MLE b/LAK.</b> )	Koktajl bananowy 250 ml ( <b>MLE.</b> )		Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłka prażone b/c 100 g	Koktajl bananowy 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Banan 200 g	Koktajl bananowy 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Banan 200 g
2024-12-07 sobota	Obiad	Grysikowa () 450 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob () -NAR 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Galaretko o smaku cytrynowym 150 g	Papka ob () -NAR 450 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretko o smaku cytrynowym 150 g	Papka ob () -NAR 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Ziemniaczana () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Potrawka drobiowa (bez pieprzu) () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (bez pieprzu) () 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretko o smaku cytrynowym 150 g Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> )	Ziemniaczana () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Mięso drobiowe mielone w sosie w/ (bez pieprzu) 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretko o smaku cytrynowym 150 g	Ziemniaczana () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko z tłuszczem 150 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Potrawka drobiowa (bez pieprzu) () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (bez pieprzu) () 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretko o smaku cytrynowym 150 g	Ziemniaczana () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Mięso drobiowe mielone w sosie w/ (bez pieprzu) 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretko o smaku cytrynowym 150 g
		Galaretko o smaku cytrynowym 150 g Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt ( <b>MLE b/LAK.</b> )			Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )				Galaretko o smaku cytrynowym 150 g
2024-12-07 sobota	Kolacja	Woda mineralna niegazowana 250 ml Grysikowa () 450 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 450 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 75 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem () 70 g ( <b>SEL.</b> )	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem () 70 g ( <b>SEL.</b> )	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem () 70 g ( <b>SEL.</b> )	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 60 g
		Sok wielowarzywny 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: 2548.91 kcal; Białko ogółem: 100.89 g; Tłuszcz: 76.74 g; Kw. tł. nasy.: 29.80 g; Węglowodany ogółem: 384.34 g; W tym cukry: 102.09 g; Błonnik pok.: 30.08 g; Sól: 7.01 g;	Wartość energetyczna: 2549.82 kcal; Białko ogółem: 92.94 g; Tłuszcz: 69.89 g; Kw. tł. nasy.: 19.44 g; Węglowodany ogółem: 406.82 g; W tym cukry: 114.29 g; Błonnik pok.: 32.25 g; Sól: 6.17 g;	Wartość energetyczna: 2399.75 kcal; Białko ogółem: 87.49 g; Tłuszcz: 79.79 g; Kw. tł. nasy.: 32.45 g; Węglowodany ogółem: 349.11 g; W tym cukry: 111.67 g; Błonnik pok.: 26.90 g; Sól: 5.70 g;	Wartość energetyczna: 2350.81 kcal; Białko ogółem: 69.56 g; Tłuszcz: 55.42 g; Kw. tł. nasy.: 16.30 g; Węglowodany ogółem: 405.47 g; W tym cukry: 130.22 g; Błonnik pok.: 23.63 g; Sól: 3.89 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-25 do dnia 2024-12-08 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 żoł.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona		
2024-12-08 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 młkiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kawa zbożowa z młkiem/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% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Dżem 50 g Kawa zbożowa z młkiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	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 młkiem/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 SN	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 Biskopty 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 2,5% tł 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 jabłko 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: 97.97 g; Tłuszcz: 70.96 g; Kw. tł. nasy.: 22.45 g; Węglowodany ogółem: 270.27 g; W tym cukry: 53.35 g; Błonnik pok.: 21.52 g; Sól: 1.71 g;	Wartość energetyczna: 2543.97 kcal; Białko ogółem: 95.97 g; Tłuszcz: 69.36 g; Kw. tł. nasy.: 27.60 g; Węglowodany ogółem: 392.71 g; W tym cukry: 110.20 g; Błonnik pok.: 16.93 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: 2389.76 kcal; Białko ogółem: 87.62 g; Tłuszcz: 70.09 g; Kw. tł. nasy.: 24.16 g; Węglowodany ogółem: 359.36 g; W tym cukry: 119.55 g; Błonnik pok.: 14.17 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,