

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

	KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,niskolakt./mix	KRK- NAR II B Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR II C Papkowata/niskowęglowodanowa/-mix	KRK- NAR III Niskoresztkowa,niskolaktozowa-mielona	KRK- NAR III A Zapieraj./niskoresztk.,niskolakt./-miel.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoń.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona	
2024-12-09 poniedziałek	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g (<u>MLE b/LAK.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Papka śn -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 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>) Filet zapiekany drobiowy 75 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% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g	Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g
	II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml		Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)		Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)
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 Galaretko o smaku cytrynowym 150 g Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,3 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Papka ob () -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretko o smaku cytrynowym 150 g	Papka ob () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy (bez pieprzu) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretko o smaku cytrynowym 150 g Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,3 szt (<u>MLE b/LAK.</u>) Sos koperkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretko o smaku cytrynowym 150 g Sos koperkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Sos koperkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretko o smaku cytrynowym 150 g	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretko o smaku cytrynowym 150 g	
	PD	Galaretko o smaku cytrynowym 150 g Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)			Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)			Galaretko o smaku cytrynowym 150 g	
Kolejca	Grysikowa () 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Papka kol () -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 90 g (<u>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 twarogu z natką pietruszki 70 g (<u>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 twarogu z natką pietruszki 70 g (<u>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 Woda mineralna niegazowana 250 ml	
	PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt							
	Wartość energetyczna: 1095.63 kcal; Białko ogółem: 37.28 g; Tłuszcz: 15.04 g; Kw. tł. nasy.: 3.24 g; Węglowodany ogółem: 206.07 g; W tym cukry: 30.97 g; Błonnik pok.: 8.00 g; Sól: 2.01 g;	Wartość energetyczna: 1999.45 kcal; Białko ogółem: 90.71 g; Tłuszcz: 67.18 g; Kw. tł. nasy.: 21.46 g; Węglowodany ogółem: 266.92 g; W tym cukry: 43.05 g; Błonnik pok.: 23.90 g; Sól: 1.46 g;	Wartość energetyczna: 1973.78 kcal; Białko ogółem: 82.48 g; Tłuszcz: 57.87 g; Kw. tł. nasy.: 17.87 g; Węglowodany ogółem: 288.64 g; W tym cukry: 79.55 g; Błonnik pok.: 21.56 g; Sól: 1.40 g;	Wartość energetyczna: 1924.19 kcal; Białko ogółem: 93.29 g; Tłuszcz: 67.22 g; Kw. tł. nasy.: 21.89 g; Węglowodany ogółem: 245.01 g; W tym cukry: 36.14 g; Błonnik pok.: 23.57 g; Sól: 1.71 g;	Wartość energetyczna: 2383.59 kcal; Białko ogółem: 97.53 g; Tłuszcz: 54.51 g; Kw. tł. nasy.: 23.40 g; Węglowodany ogółem: 386.56 g; W tym cukry: 93.37 g; Błonnik pok.: 26.84 g; Sól: 5.59 g;	Wartość energetyczna: 2178.26 kcal; Białko ogółem: 78.11 g; Tłuszcz: 40.09 g; Kw. tł. nasy.: 15.88 g; Węglowodany ogółem: 386.94 g; W tym cukry: 92.29 g; Błonnik pok.: 26.15 g; Sól: 5.05 g;	Wartość energetyczna: 2226.77 kcal; Białko ogółem: 84.25 g; Tłuszcz: 57.31 g; Kw. tł. nasy.: 23.73 g; Węglowodany ogółem: 353.37 g; W tym cukry: 108.73 g; Błonnik pok.: 24.62 g; Sól: 4.80 g;	Wartość energetyczna: 1990.58 kcal; Białko ogółem: 51.84 g; Tłuszcz: 33.99 g; Kw. tł. nasy.: 13.30 g; Węglowodany ogółem: 379.33 g; W tym cukry: 111.99 g; Błonnik pok.: 20.72 g; Sól: 3.81 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

	KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,niskolakt./mix	KRK- NAR II B Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR II C Papkowata/niskowęglowodanowa/-mix	KRK- NAR III Niskoresztkowa,niskolaktowozamielona	KRK- NAR III A Zapieraj./niskoresztk.,niskolakt./-miel.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoń.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona	
2024-12-10 wtorek	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g (<u>MLE b/LAK.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Papka śn -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</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 JĘCZ.</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 Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 75 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SOZ.</u>) Mus z jabłek () z/c 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SOZ.</u>) Mus z jabłek () z/c 50 g	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 Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SOZ.</u>) Mus z jabłek () z/c 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g
		II ŚN	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Biszkoty 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 Kasza manna z jabłkiem prażonym (bez laktozy) 200 g (<u>GLU PSZ, MLE b/LAK.</u>)	Papka ob () -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Papka ob () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Solferino () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Klopsik wieprzowy (bez pieprzu) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos szpinakowy* (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Dyńia duszona z olejem (bez pieprzu)* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Kasza manna z jabłkiem prażonym (bez laktozy) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE b/LAK.</u>)	Grysikowa () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Klopsik wieprzowy (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos szpinakowy* (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Dyńia duszona z olejem (bez pieprzu)* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Kasza manna z jabłkiem prażonym (bez laktozy) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE b/LAK.</u>)	Solferino () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z tłuszczem 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Klopsik wieprzowy (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos szpinakowy* (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Dyńia duszona z olejem (bez pieprzu)* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Jablko pieczone 150 g	Grysikowa () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Klopsik wieprzowy (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos szpinakowy* (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Dyńia duszona z olejem (bez pieprzu)* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml
		PD	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)		Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)				Kasza manna z jabłkiem prażonym 150 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)
	Kolejca	Grysikowa () 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Papka kol () -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 100 g (<u>SEL.</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>) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 100 g (<u>SEL.</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>) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 100 g (<u>SEL.</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 Woda mineralna niegazowana 250 ml
		PN		Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)			Banan 1szt. 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: 1892.29 kcal; Białko ogółem: 91.75 g; Tłuszcz: 68.94 g; Kw. tł. nasy.: 19.61 g; Węglowodany ogółem: 234.95 g; W tym cukry: 38.95 g; Błonnik pok.: 21.38 g; Sól: 1.52 g;	Wartość energetyczna: 1964.00 kcal; Białko ogółem: 90.54 g; Tłuszcz: 63.81 g; Kw. tł. nasy.: 20.52 g; Węglowodany ogółem: 265.06 g; W tym cukry: 86.05 g; Błonnik pok.: 20.19 g; Sól: 1.64 g;	Wartość energetyczna: 2013.00 kcal; Białko ogółem: 100.56 g; Tłuszcz: 70.19 g; Kw. tł. nasy.: 23.37 g; Węglowodany ogółem: 253.16 g; W tym cukry: 52.96 g; Błonnik pok.: 22.20 g; Sól: 1.88 g;	Wartość energetyczna: 2557.71 kcal; Białko ogółem: 97.54 g; Tłuszcz: 66.74 g; Kw. tł. nasy.: 24.46 g; Węglowodany ogółem: 400.39 g; W tym cukry: 117.58 g; Błonnik pok.: 24.16 g; Sól: 5.75 g;	Wartość energetyczna: 2454.18 kcal; Białko ogółem: 84.99 g; Tłuszcz: 56.96 g; Kw. tł. nasy.: 20.47 g; Węglowodany ogółem: 408.14 g; W tym cukry: 113.76 g; Błonnik pok.: 22.40 g; Sól: 5.56 g;	Wartość energetyczna: 2378.54 kcal; Białko ogółem: 85.30 g; Tłuszcz: 67.54 g; Kw. tł. nasy.: 25.88 g; Węglowodany ogółem: 365.12 g; W tym cukry: 138.80 g; Błonnik pok.: 24.13 g; Sól: 4.77 g;	Wartość energetyczna: 2049.08 kcal; Białko ogółem: 58.18 g; Tłuszcz: 44.95 g; Kw. tł. nasy.: 16.91 g; Węglowodany ogółem: 357.62 g; W tym cukry: 98.67 g; Błonnik pok.: 14.66 g; Sól: 3.29 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 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
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.)	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.) Jabłka prażone b/c 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.) Jabłka prażone b/c 50 g	Platki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Jabłka prażone b/c 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	Galaretką o smaku truskawkowym 150 g Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	Galaretką o smaku truskawkowym 150 g		Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (MLE.)	Galaretką o smaku truskawkowym 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 Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,33 szt (MLE b/LAK.) Mus z jabłek () b/c 100 g	Papka ob () -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Mus z jabłek () b/c 100 g	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 Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy (bez pieprzu) () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 150 ml	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy (bez pieprzu) () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 150 ml Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem gotowane. () 150 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy (bez pieprzu) () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (MLE.)	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy (bez pieprzu) () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)			Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Mus z jabłek () b/c 100 g			
Kolacja	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	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Papka kol () -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka kol () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, 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% 15 g (MLE.) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 80 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym (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.) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 80 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym (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.) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 80 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym (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 Woda mineralna niegazowana 250 ml
	PN		Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt					
	Wartość energetyczna: 1095.63 kcal; Białko ogółem: 37.28 g; Tłuszcz: 15.04 g; Kw. tł. nasy.: 3.24 g; Węglowodany ogółem: 206.07 g; W tym cukry: 30.97 g; Błonnik pok.: 8.00 g; Sól: 2.01 g;	Wartość energetyczna: 2062.45 kcal; Białko ogółem: 95.01 g; Tłuszcz: 70.92 g; Kw. tł. nasy.: 22.14 g; Węglowodany ogółem: 271.53 g; W tym cukry: 31.47 g; Błonnik pok.: 23.43 g; Sól: 1.48 g;	Wartość energetyczna: 2077.56 kcal; Białko ogółem: 93.33 g; Tłuszcz: 62.35 g; Kw. tł. nasy.: 18.37 g; Węglowodany ogółem: 295.81 g; W tym cukry: 68.50 g; Błonnik pok.: 22.23 g; Sól: 1.49 g;	Wartość energetyczna: 2106.78 kcal; Białko ogółem: 105.48 g; Tłuszcz: 71.99 g; Kw. tł. nasy.: 22.41 g; Węglowodany ogółem: 269.84 g; W tym cukry: 39.62 g; Błonnik pok.: 24.25 g; Sól: 1.83 g;	Wartość energetyczna: 2279.71 kcal; Białko ogółem: 81.06 g; Tłuszcz: 56.29 g; Kw. tł. nasy.: 26.31 g; Węglowodany ogółem: 375.63 g; W tym cukry: 97.50 g; Błonnik pok.: 25.26 g; Sól: 5.07 g;	Wartość energetyczna: 2277.75 kcal; Białko ogółem: 74.44 g; Tłuszcz: 57.33 g; Kw. tł. nasy.: 20.15 g; Węglowodany ogółem: 380.42 g; W tym cukry: 88.07 g; Błonnik pok.: 27.40 g; Sól: 4.96 g;	Wartość energetyczna: 2334.55 kcal; Białko ogółem: 91.05 g; Tłuszcz: 64.23 g; Kw. tł. nasy.: 26.05 g; Węglowodany ogółem: 360.29 g; W tym cukry: 112.29 g; Błonnik pok.: 23.48 g; Sól: 4.77 g;	Wartość energetyczna: 2027.24 kcal; Białko ogółem: 51.54 g; Tłuszcz: 37.78 g; Kw. tł. nasy.: 14.53 g; Węglowodany ogółem: 379.86 g; W tym cukry: 108.95 g; Błonnik pok.: 19.79 g; Sól: 3.98 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

	KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,niskolakt./mix	KRK- NAR II B Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR II C Papkowata/niskowęglowodanowa/-mix	KRK- NAR III Niskoresztkowa,niskolaktozowa-mielona	KRK- NAR III A Zapieraj./niskoresztk.,niskolakt./-miel.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoń.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona	
2024-12-12 czwartek	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g (<u>MLE b/LAK.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Papka śn -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 90 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 150 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>) Jabłko pieczone 150 g Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g	
		II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Koktajl bananowy 250 ml (<u>MLE.</u>)		Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 200 ml	Koktajl bananowy 250 ml (<u>MLE.</u>)	Banan 200 g	Koktajl bananowy 250 ml (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Grysikowa () 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Papka ob () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kasza manna z jabłkiem prażonym (bez laktozy) 200 g (<u>GLU PSZ, MLE b/LAK.</u>)	Papka ob () -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Papka ob () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Ziemiaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Budyń z wiązownicy (bez pieprzu) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia z dynią pieczone z olejem * 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Kasza manna z jabłkiem prażonym (bez laktozy) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE b/LAK.</u>)	Ziemiaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Budyń z wiązownicy (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia z dynią pieczone z olejem * 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Kasza manna z jabłkiem prażonym (bez laktozy) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE b/LAK.</u>)	Ziemiaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko z tłuszczem 150 g Budyń z wiązownicy (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia z dynią pieczone z olejem * 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ziemiaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Budyń z wiązownicy (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia z dynią pieczone z olejem * 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
		PD	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)		Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)				Kleik ryżowy z jabłkiem 200 g
	Kolacja	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	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Papka kol () -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 75 g (<u>MLE.</u>) Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g Woda mineralna niegazowana 250 ml
		PN		Przecier owocowy jabłko-morela 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: 2121.52 kcal; Białko ogółem: 98.25 g; Tłuszcz: 71.23 g; Kw. tł. nasy.: 22.15 g; Węglowodany ogółem: 280.19 g; W tym cukry: 63.68 g; Błonnik pok.: 22.40 g; Sól: 1.65 g;	Wartość energetyczna: 2212.77 kcal; Białko ogółem: 98.98 g; Tłuszcz: 67.35 g; Kw. tł. nasy.: 21.87 g; Węglowodany ogółem: 310.57 g; W tym cukry: 106.58 g; Błonnik pok.: 21.21 g; Sól: 1.82 g;	Wartość energetyczna: 2168.85 kcal; Białko ogółem: 99.49 g; Tłuszcz: 69.82 g; Kw. tł. nasy.: 21.43 g; Węglowodany ogółem: 294.35 g; W tym cukry: 64.51 g; Błonnik pok.: 23.03 g; Sól: 1.71 g;	Wartość energetyczna: 2577.37 kcal; Białko ogółem: 107.12 g; Tłuszcz: 65.00 g; Kw. tł. nasy.: 27.98 g; Węglowodany ogółem: 399.14 g; W tym cukry: 113.26 g; Błonnik pok.: 25.19 g; Sól: 5.98 g;	Wartość energetyczna: 2394.81 kcal; Białko ogółem: 85.90 g; Tłuszcz: 49.59 g; Kw. tł. nasy.: 18.75 g; Węglowodany ogółem: 410.85 g; W tym cukry: 124.94 g; Błonnik pok.: 27.44 g; Sól: 5.11 g;	Wartość energetyczna: 2346.51 kcal; Białko ogółem: 94.92 g; Tłuszcz: 67.80 g; Kw. tł. nasy.: 28.75 g; Węglowodany ogółem: 344.34 g; W tym cukry: 111.64 g; Błonnik pok.: 22.07 g; Sól: 5.17 g;	Wartość energetyczna: 2217.14 kcal; Białko ogółem: 57.32 g; Tłuszcz: 41.83 g; Kw. tł. nasy.: 16.04 g; Węglowodany ogółem: 411.70 g; W tym cukry: 127.83 g; Błonnik pok.: 21.00 g; Sól: 3.76 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 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 żoń.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona
Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g (<u>MLE b/LAK.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Papka śn -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	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>)	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>) Mus z ananasa 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtusty b/laktozy 60 g (<u>MLE b/LAK.</u>) Mus z ananasa 50 g	Płatki pszenne na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtusty 60 g (<u>MLE.</u>) Mus z ananasa 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g
ITSN	Galaretko o smaku pomarańczowym 150 g Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Galaretko o smaku pomarańczowym 150 g		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml	Galaretko o smaku pomarańczowym z owocami 150 g Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,33 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Galaretko o smaku pomarańczowym z owocami 150 g		
Obiad	Grysikowa () 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Ryż na mleku z dżemem (bez laktozy) 200 g (<u>MLE b/LAK.</u>)	Papka ob () -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Ryż na mleku (deser) 200 g (<u>MLE.</u>)	Papka ob () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Dyniowa z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet z ryby (Dorsz) (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Ryż na mleku z dżemem (bez laktozy) 150 g (<u>MLE b/LAK.</u>)	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet z ryby (Dorsz) (bez pieprzu) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Ryż na mleku z dżemem (bez laktozy) 150 g (<u>MLE b/LAK.</u>) Jabłko pieczone 150 g	Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet z ryby (Dorsz) (bez pieprzu) 150 g Pulpet z ryby (Dorsz) (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet z ryby (Dorsz) (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
PD	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)			Ryż na mleku (deser) 200 g (<u>MLE.</u>)				Ryż na mleku z dżemem (bez laktozy) 150 g (<u>MLE b/LAK.</u>)
Kolażo	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	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Papka kol () -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z białek z natką pietruszki 90 g (<u>JAJ, MLE.</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>) Pasta z białek z natką pietruszki 80 g (<u>JAJ, MLE.</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>) Pasta z białek z natką pietruszki 80 g (<u>JAJ, MLE.</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 Woda mineralna niegazowana 250 ml
PN	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: 2065.49 kcal; Białko ogółem: 94.24 g; Tłuszcz: 66.88 g; Kw. tł. nasy.: 19.64 g; Węglowodany ogółem: 278.82 g; W tym cukry: 17.13 g; Błonnik pok.: 23.82 g; Sól: 1.33 g;	Wartość energetyczna: 2344.16 kcal; Białko ogółem: 105.77 g; Tłuszcz: 68.79 g; Kw. tł. nasy.: 22.79 g; Węglowodany ogółem: 332.29 g; W tym cukry: 74.18 g; Błonnik pok.: 23.10 g; Sól: 1.84 g;	Wartość energetyczna: 2410.88 kcal; Białko ogółem: 113.41 g; Tłuszcz: 76.19 g; Kw. tł. nasy.: 25.25 g; Węglowodany ogółem: 326.38 g; W tym cukry: 59.51 g; Błonnik pok.: 25.94 g; Sól: 2.05 g;	Wartość energetyczna: 2433.76 kcal; Białko ogółem: 99.04 g; Tłuszcz: 62.46 g; Kw. tł. nasy.: 27.94 g; Węglowodany ogółem: 373.64 g; W tym cukry: 83.68 g; Błonnik pok.: 26.18 g; Sól: 4.90 g;	Wartość energetyczna: 2228.90 kcal; Białko ogółem: 85.18 g; Tłuszcz: 48.78 g; Kw. tł. nasy.: 19.04 g; Węglowodany ogółem: 373.20 g; W tym cukry: 86.58 g; Błonnik pok.: 27.88 g; Sól: 5.11 g;	Wartość energetyczna: 2391.63 kcal; Białko ogółem: 94.14 g; Tłuszcz: 67.94 g; Kw. tł. nasy.: 27.35 g; Węglowodany ogółem: 360.19 g; W tym cukry: 116.13 g; Błonnik pok.: 27.61 g; Sól: 4.75 g;	Wartość energetyczna: 1903.45 kcal; Białko ogółem: 50.93 g; Tłuszcz: 30.90 g; Kw. tł. nasy.: 12.85 g; Węglowodany ogółem: 366.36 g; W tym cukry: 99.94 g; Błonnik pok.: 22.15 g; Sól: 4.13 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

	KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,niskolakt./mix	KRK- NAR II B Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR II C Papkowata/niskowęglowodanowa/-mix	KRK- NAR III Niskoresztkowa,niskolaktowazamielona	KRK- NAR III A Zapieraj./niskoresztk.,niskolakt./-miel.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoł.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona	
2024-12-14 sobota	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 JĘCZ.)	Papka śn -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	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, wiewprzowa, parzona z pot. kaw. mięsa 75 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.) 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.) Szynka Premium konserwowa, wiewprzowa, parzona z pot. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.) Dżem 50 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Premium konserwowa, wiewprzowa, parzona z pot. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.) Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (MLE.) Dżem 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	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.)	Mus z jabłek () b/c 150 g Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,33 szt (MLE b/LAK.)	Mus z jabłek () z/c 100 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.)	Mus z jabłek () b/c 150 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.)	Mus z jabłek () z/c 100 g Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,33 szt (MLE b/LAK.)	Mus z jabłek () z/c 150 g	Mus z jabłek () z/c 100 g Biszkoptowy b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	
Obiad	Gryśkowa () 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 kol () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Gulasz wiewprzowy- dieta (bez pieprzu) 150 g (GLU PSZ.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (bez pieprzu) () 100 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mięso wiewprzowe mielone w sosie w/ (bez pieprzu) 150 g (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml	Selerowa z ziemniakami () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko z tłuszczem 150 g (GLU JĘCZ.) Gulasz wiewprzowy- dieta (bez pieprzu) 150 g (GLU PSZ.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (bez pieprzu) () 100 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mięso wiewprzowe mielone w sosie w/ (bez pieprzu) 150 g (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem () 150 g 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	Gryśkowa () 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	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Papka kol () -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka kol () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym (bez pieprzu) () 70 g (SEL.) 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, łopátka wiewprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z dodatkiem wody 75 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym (bez pieprzu) () 70 g (SEL.) 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, łopátka wiewprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym (bez pieprzu) () 70 g (SEL.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka pieczona, łopátka wiewprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) 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 Woda mineralna niegazowana 250 ml	
	PN			Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 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: 2007.45 kcal; Białko ogółem: 88.71 g; Tłuszcz: 68.77 g; Kw. tł. nasy.: 22.58 g; Węglowodany ogółem: 271.15 g; W tym cukry: 57.52 g; Błonnik pok.: 25.66 g; Sól: 1.52 g;	Wartość energetyczna: 2021.48 kcal; Białko ogółem: 87.21 g; Tłuszcz: 60.18 g; Kw. tł. nasy.: 18.53 g; Węglowodany ogółem: 294.32 g; W tym cukry: 99.54 g; Błonnik pok.: 23.06 g; Sól: 1.53 g;	Wartość energetyczna: 2024.33 kcal; Białko ogółem: 95.71 g; Tłuszcz: 66.84 g; Kw. tł. nasy.: 20.75 g; Węglowodany ogółem: 273.10 g; W tym cukry: 52.36 g; Błonnik pok.: 26.47 g; Sól: 1.66 g;	Wartość energetyczna: 2473.72 kcal; Białko ogółem: 93.57 g; Tłuszcz: 74.43 g; Kw. tł. nasy.: 28.04 g; Węglowodany ogółem: 376.73 g; W tym cukry: 114.73 g; Błonnik pok.: 31.76 g; Sól: 7.33 g;	Wartość energetyczna: 2533.04 kcal; Białko ogółem: 96.39 g; Tłuszcz: 76.39 g; Kw. tł. nasy.: 24.16 g; Węglowodany ogółem: 383.44 g; W tym cukry: 114.21 g; Błonnik pok.: 31.20 g; Sól: 6.30 g;	Wartość energetyczna: 2372.39 kcal; Białko ogółem: 83.92 g; Tłuszcz: 76.26 g; Kw. tł. nasy.: 27.97 g; Węglowodany ogółem: 354.03 g; W tym cukry: 122.81 g; Błonnik pok.: 29.26 g; Sól: 5.97 g;	Wartość energetyczna: 2409.03 kcal; Białko ogółem: 73.41 g; Tłuszcz: 62.44 g; Kw. tł. nasy.: 20.10 g; Węglowodany ogółem: 401.66 g; W tym cukry: 118.08 g; Błonnik pok.: 26.52 g; Sól: 3.54 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

	KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,niskolakt./mix	KRK- NAR II B Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR II C Papkowata/niskowęglowodanowa/-mix	KRK- NAR III Niskoresztkowa,niskolaktowazamielona	KRK- NAR III A Zapieraj./niskoresztk.,niskolakt./-miel.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoł.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona	
2024-12-15 niedziela	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 JĘCZ.</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 JĘCZ.</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 dębowa łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 75 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR.</u>) Jabłka prażone b/c 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka dębowa łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR.</u>) Jabłka prażone b/c 50 g	Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka dębowa łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR.</u>) Jabłka prażone b/c 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g
	II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml 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 wiśniowym z jabłkiem b/c 200 ml	Koktajl bananowy 250 ml (<u>MLE.</u>)	Banan 200 g	Koktajl bananowy 250 ml (<u>MLE.</u>)	Banan 200 g
	Obiad	Grysikowa () 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Galaretki jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (<u>MLE.</u>)	Papka ob ()-NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretki jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (<u>MLE.</u>)	Papka ob () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Dymia duszona z olejem (bez pieprzu)* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretki jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (<u>MLE.</u>)	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Dymia duszona z olejem (bez pieprzu)* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretki jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (<u>MLE.</u>)	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane. () 150 g Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Dymia duszona z olejem (bez pieprzu)* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretki jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (<u>MLE.</u>)	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Dymia duszona z olejem (bez pieprzu)* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Galaretki jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (<u>MLE.</u>) Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)			Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłka prażone b/c 100 g				Galaretki jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Grysikowa () 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Papka kol ()-NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Papka kol ()-NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka kol ()-NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 90 g (<u>MLE.</u>) Mus z brzoskwiń 50 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>) Mus z brzoskwiń 50 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>) Mus z brzoskwiń 50 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g Woda mineralna niegazowana 250 ml
	PN				Mus- przecier owocowy jablko 100g (tubka) 1 szt				
	Wartość energetyczna: 1125.63 kcal; Białko ogółem: 39.38 g; Tłuszcz: 16.04 g; Kw. tł. nasy.: 3.84 g; Węglowodany ogółem: 209.17 g; W tym cukry: 33.07 g; Błonnik pok.: 8.00 g; Sól: 2.09 g;	Wartość energetyczna: 2013.24 kcal; Białko ogółem: 94.66 g; Tłuszcz: 69.73 g; Kw. tł. nasy.: 22.75 g; Węglowodany ogółem: 262.23 g; W tym cukry: 60.79 g; Błonnik pok.: 21.15 g; Sól: 1.61 g;	Wartość energetyczna: 2025.33 kcal; Białko ogółem: 90.62 g; Tłuszcz: 62.90 g; Kw. tł. nasy.: 20.58 g; Węglowodany ogółem: 284.11 g; W tym cukry: 93.45 g; Błonnik pok.: 19.78 g; Sól: 1.62 g;	Wartość energetyczna: 2035.50 kcal; Białko ogółem: 102.91 g; Tłuszcz: 67.79 g; Kw. tł. nasy.: 20.46 g; Węglowodany ogółem: 265.81 g; W tym cukry: 53.36 g; Błonnik pok.: 24.52 g; Sól: 1.58 g;	Wartość energetyczna: 2339.26 kcal; Białko ogółem: 92.88 g; Tłuszcz: 64.59 g; Kw. tł. nasy.: 29.52 g; Węglowodany ogółem: 355.57 g; W tym cukry: 98.33 g; Błonnik pok.: 22.13 g; Sól: 6.25 g;	Wartość energetyczna: 2172.72 kcal; Białko ogółem: 74.16 g; Tłuszcz: 45.41 g; Kw. tł. nasy.: 37.70 g; W tym cukry: 114.30 g; Błonnik pok.: 24.08 g; Sól: 5.25 g;	Wartość energetyczna: 2393.14 kcal; Białko ogółem: 94.63 g; Tłuszcz: 71.65 g; Kw. tł. nasy.: 30.98 g; Węglowodany ogółem: 350.33 g; W tym cukry: 118.21 g; Błonnik pok.: 20.92 g; Sól: 5.31 g;	Wartość energetyczna: 1985.45 kcal; Białko ogółem: 52.47 g; Tłuszcz: 31.96 g; Kw. tł. nasy.: 14.25 g; Węglowodany ogółem: 379.50 g; W tym cukry: 130.92 g; Błonnik pok.: 21.59 g; Sól: 3.55 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

	KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,niskolakt./mix	KRK- NAR II B Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR II C Papkowata/niskowęglowodanowa/-mix	KRK- NAR III Niskoresztkowa,niskolaktowazamielona	KRK- NAR III A Zapieraj./niskoresztk.,niskolakt./-miel.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoź.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona	
2024-12-16 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 JĘCZ.)	Papka śn -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	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.) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym (bez pieprzu) () 70 g (SEL.)	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.) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym (bez pieprzu) () 70 g (SEL.)	Platki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) 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.) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym (bez pieprzu) () 70 g (SEL.) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	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 2% tł 150g 1 szt (MLE)	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.)	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 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	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Mus z jabłek () z/c 100 g Twaróg półtusty b/laktozy 100 g (MLE b/LAK.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretką o smaku cytrynowym 150 g	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 100 g Twaróg półtusty b/laktozy 100 g (MLE b/LAK.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretką o smaku cytrynowym 150 g	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z tłuszczem 150 g (GLU PSZ.) Mus z jabłek () z/c 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretką o smaku cytrynowym 150 g	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	
	PD	Galaretką o smaku cytrynowym 150 g Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)		Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (MLE.)				Galaretką o smaku cytrynowym 150 g	
Kolacja	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	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Papka kol (-)NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka kol (-)NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, 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% 15 g (MLE.) Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g, 0,66 szt (MLE b/LAK.) Dżem 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.) Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g, 0,5 szt (MLE b/LAK.) Dżem 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.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Dżem 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 Woda mineralna niegazowana 250 ml	
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)							
	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: 2040.45 kcal; Białko ogółem: 95.90 g; Tłuszcz: 71.13 g; Kw. tł. nasy.: 19.45 g; Węglowodany ogółem: 260.41 g; W tym cukry: 29.67 g; Błonnik pok.: 20.73 g; Sól: 1.47 g;	Wartość energetyczna: 2044.46 kcal; Białko ogółem: 92.07 g; Tłuszcz: 63.28 g; Kw. tł. nasy.: 19.81 g; Węglowodany ogółem: 281.77 g; W tym cukry: 66.70 g; Błonnik pok.: 19.53 g; Sól: 1.57 g;	Wartość energetyczna: 2073.68 kcal; Białko ogółem: 104.22 g; Tłuszcz: 72.92 g; Kw. tł. nasy.: 23.85 g; Węglowodany ogółem: 255.80 g; W tym cukry: 37.82 g; Błonnik pok.: 21.55 g; Sól: 1.91 g;	Wartość energetyczna: 2354.39 kcal; Białko ogółem: 86.53 g; Tłuszcz: 61.30 g; Kw. tł. nasy.: 27.75 g; Węglowodany ogółem: 371.73 g; W tym cukry: 86.69 g; Błonnik pok.: 20.01 g; Sól: 4.98 g;	Wartość energetyczna: 2350.78 kcal; Białko ogółem: 78.83 g; Tłuszcz: 53.27 g; Kw. tł. nasy.: 23.93 g; Węglowodany ogółem: 396.66 g; W tym cukry: 81.27 g; Błonnik pok.: 19.94 g; Sól: 4.67 g;	Wartość energetyczna: 2280.64 kcal; Białko ogółem: 79.35 g; Tłuszcz: 60.35 g; Kw. tł. nasy.: 26.52 g; Węglowodany ogółem: 365.43 g; W tym cukry: 127.94 g; Błonnik pok.: 19.04 g; Sól: 4.28 g;	Wartość energetyczna: 1862.43 kcal; Białko ogółem: 35.10 g; Tłuszcz: 27.69 g; Kw. tł. nasy.: 13.24 g; Węglowodany ogółem: 375.36 g; W tym cukry: 86.82 g; Błonnik pok.: 15.29 g; Sól: 2.65 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

	KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,niskolakt./mix	KRK- NAR II B Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR II C Papkowata/niskowęglowodanowa/-mix	KRK- NAR III Niskoresztkowa,niskolaktowazamielona	KRK- NAR III A Zapieraj./niskoresztk.,niskolakt./-miel.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoń.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona							
2024-12-17 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.)	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 jabłek () z/c 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.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 50 g	Platki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 60 g						
	II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 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 b/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml									
2024-12-17 wtorek	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 Koktajl bananowy 250 ml (MLE.)	Papka ob () -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Koktajl bananowy 250 ml (MLE.)	Papka ob () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemiaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew oprószana z olejem () 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Banan 100 g Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (GLU PSZ.)	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemiaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Banan 100 g	Jarzynowa z zacierką dieta () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemiaki z tłuszczem gotowane. () 150 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew oprószana z olejem () 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Banan 100 g Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (GLU PSZ.)	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemiaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew oprószana z olejem () 150 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 300 ml						
	PD	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)			Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Mus z jabłek () b/c 100 g	Banan 200 g Biszkoty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)									
2024-12-17 wtorek	Kolacja	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	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Papka kol () -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka kol () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, 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% 15 g (MLE.) Szyńka krucha z pieca wieprzowa, parzona 75 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL. może zawierać: JAJ, GOR, SOJ.) Pasta warzywna. () 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% 15 g (MLE.) Szyńka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL. może zawierać: JAJ, GOR, SOJ.) Pasta warzywna. () 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.) Szyńka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL. może zawierać: JAJ, GOR, SOJ.) Pasta warzywna. () 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 Woda mineralna niegazowana 250 ml						
	PN	Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (MLE.)			Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (MLE, GLU OW.)										
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: 2218.08 kcal; Białko ogółem: 96.66 g; Tłuszcz: 71.11 g; Kw. tł. nasy.: 22.39 g; Węglowodany ogółem: 305.19 g; W tym cukry: 87.77 g; Błonnik pok.: 22.58 g; Sól: 1.64 g;		Wartość energetyczna: 2247.59 kcal; Białko ogółem: 93.43 g; Tłuszcz: 64.76 g; Kw. tł. nasy.: 20.65 g; Węglowodany ogółem: 329.70 g; W tym cukry: 124.80 g; Błonnik pok.: 21.38 g; Sól: 1.68 g;		Wartość energetyczna: 2171.78 kcal; Białko ogółem: 101.30 g; Tłuszcz: 68.89 g; Kw. tł. nasy.: 20.61 g; Węglowodany ogółem: 295.23 g; W tym cukry: 56.68 g; Błonnik pok.: 25.17 g; Sól: 1.56 g;		Wartość energetyczna: 2365.06 kcal; Białko ogółem: 93.17 g; Tłuszcz: 70.42 g; Kw. tł. nasy.: 25.26 g; Węglowodany ogółem: 361.08 g; W tym cukry: 107.67 g; Błonnik pok.: 26.75 g; Sól: 7.06 g;		Wartość energetyczna: 2182.38 kcal; Białko ogółem: 74.68 g; Tłuszcz: 58.05 g; Kw. tł. nasy.: 19.14 g; Węglowodany ogółem: 359.43 g; W tym cukry: 104.91 g; Błonnik pok.: 27.47 g; Sól: 6.19 g;		Wartość energetyczna: 2356.15 kcal; Białko ogółem: 85.80 g; Tłuszcz: 75.10 g; Kw. tł. nasy.: 26.97 g; Węglowodany ogółem: 352.30 g; W tym cukry: 123.93 g; Błonnik pok.: 25.91 g; Sól: 6.18 g;		Wartość energetyczna: 2210.44 kcal; Białko ogółem: 51.37 g; Tłuszcz: 46.23 g; Kw. tł. nasy.: 15.25 g; Węglowodany ogółem: 409.20 g; W tym cukry: 148.40 g; Błonnik pok.: 23.00 g; Sól: 4.06 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

	KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,niskolakt./mix	KRK- NAR II B Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR II C Papkowata/niskowęglowodanowa/-mix	KRK- NAR III Niskoresztkowa,niskolaktozowa-mielona	KRK- NAR III A Zapieraj.,niskoresztk.,niskolakt./-miel.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoń.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona	
2024-12-18 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>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,66 szt (<u>MLE b/LAK.</u>) Dżem 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,5 szt (<u>MLE b/LAK.</u>) Dżem 50 g	Platki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g
		II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 150 ml		
2024-12-18 środa	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 Kasza manna z jabłkiem prażonym (bez laktozy) 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE b/LAK.</u>)	Papka ob () -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Kasza manna z jabłkiem prażonym (bez laktozy) 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE b/LAK.</u>)	Papka ob () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy (bez pieprzu) () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Kasza manna z jabłkiem prażonym (bez laktozy) 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE b/LAK.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>)	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy (bez pieprzu) () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Kasza manna z jabłkiem prażonym (bez laktozy) 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE b/LAK.</u>)	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko z tłuszczem 150 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy (bez pieprzu) () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Kasza manna z jabłkiem prażonym (bez laktozy) 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE b/LAK.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>)	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy (bez pieprzu) () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
		PD	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)		Kasza manna z jabłkiem prażonym (bez laktozy) 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE b/LAK.</u>)				Kasza manna z jabłkiem prażonym (bez laktozy) 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE b/LAK.</u>)
2024-12-18 środa	Kolejacja	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	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Papka kol () -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ryba (dorsz) po grecku (bez pieprzu) () 100 g (<u>RYB, SEL.</u>) Pasta warzywna () 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 () 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>) Ryba (dorsz) po grecku (bez pieprzu) () 100 g (<u>RYB, SEL.</u>) Pasta warzywna () 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 Woda mineralna niegazowana 250 ml
		PN	Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)				Banan 1szt. 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: 2083.25 kcal; Białko ogółem: 90.14 g; Tłuszcz: 67.04 g; Kw. tł. nasy.: 19.74 g; Węglowodany ogółem: 288.06 g; W tym cukry: 61.55 g; Błonnik pok.: 22.45 g; Sól: 1.42 g;	Wartość energetyczna: 2111.02 kcal; Białko ogółem: 86.87 g; Tłuszcz: 60.68 g; Kw. tł. nasy.: 17.99 g; Węglowodany ogółem: 312.16 g; W tym cukry: 98.57 g; Błonnik pok.: 21.22 g; Sól: 1.45 g;	Wartość energetyczna: 2114.53 kcal; Białko ogółem: 95.58 g; Tłuszcz: 67.32 g; Kw. tł. nasy.: 19.94 g; Węglowodany ogółem: 290.24 g; W tym cukry: 56.39 g; Błonnik pok.: 23.27 g; Sól: 1.58 g;	Wartość energetyczna: 2632.88 kcal; Białko ogółem: 90.20 g; Tłuszcz: 68.72 g; Kw. tł. nasy.: 27.22 g; Węglowodany ogółem: 431.38 g; W tym cukry: 138.84 g; Błonnik pok.: 34.75 g; Sól: 5.23 g;	Wartość energetyczna: 2461.74 kcal; Białko ogółem: 77.43 g; Tłuszcz: 57.95 g; Kw. tł. nasy.: 21.02 g; Węglowodany ogółem: 420.95 g; W tym cukry: 133.86 g; Błonnik pok.: 25.36 g; Sól: 5.04 g;	Wartość energetyczna: 2572.04 kcal; Białko ogółem: 93.59 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 25.20 g; Węglowodany ogółem: 411.44 g; W tym cukry: 155.21 g; Błonnik pok.: 32.71 g; Sól: 4.81 g;	Wartość energetyczna: 2096.46 kcal; Białko ogółem: 55.93 g; Tłuszcz: 41.46 g; Kw. tł. nasy.: 15.86 g; Węglowodany ogółem: 383.94 g; W tym cukry: 113.47 g; Błonnik pok.: 17.27 g; Sól: 3.60 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

	KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,niskolakt./mix	KRK- NAR II B Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR II C Papkowata/niskowęglowodanowa/-mix	KRK- NAR III Niskoresztkowa,niskolaktowazamielona	KRK- NAR III A Zapieraj./niskoresztk.,niskolakt./-miel.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoń.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona	
2024-12-19 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 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.)	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.) Pasta warzywna (bez pieprzu) () 70 g (SEL.)	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.) Pasta warzywna (bez pieprzu) () 70 g (SEL.)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 60 g (MLE.) Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (MLE.) Pasta warzywna (bez pieprzu) () 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 ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	Mus z jabłek () b/c 100 g Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,33 szt (MLE b/LAK.)	Mus z jabłek () z/c 100 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.)	Mus z jabłek () b/c 100 g Serek homo. naturalny 100 g (MLE.)	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml	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	Grysikowa () 450 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka kol () -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	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Budyń z wiązownicy (bez pieprzu) 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (GLU PSZ.) Marchew gotowana 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 Budyń z wiązownicy (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (MLE.)	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z tłuszczem 150 g (GLU PSZ.) Budyń z wiązownicy (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (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 wiązownicy (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Marchew gotowana z olejem () 150 g Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (GLU PSZ.) 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.)			Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml				Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 150 ml
	Kolacja	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	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Papka kol () -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka kol () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Mus z brzoskwiń 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.) Filet zapiekany drobiowy 75 g (MLE.) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Mus z brzoskwiń 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.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Mus z brzoskwiń 50 g Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) 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 Woda mineralna niegazowana 250 ml
	PN				Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 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: 2109.85 kcal; Białko ogółem: 97.49 g; Tłuszcz: 71.94 g; Kw. tł. nasy.: 22.74 g; Węglowodany ogółem: 278.73 g; W tym cukry: 33.63 g; Błonnik pok.: 23.75 g; Sól: 1.58 g;	Wartość energetyczna: 2017.49 kcal; Białko ogółem: 91.68 g; Tłuszcz: 61.04 g; Kw. tł. nasy.: 18.97 g; Węglowodany ogółem: 286.17 g; W tym cukry: 75.64 g; Błonnik pok.: 22.52 g; Sól: 1.58 g;	Wartość energetyczna: 2043.53 kcal; Białko ogółem: 102.62 g; Tłuszcz: 67.82 g; Kw. tł. nasy.: 20.47 g; Węglowodany ogółem: 268.18 g; W tym cukry: 52.39 g; Błonnik pok.: 25.23 g; Sól: 1.69 g;	Wartość energetyczna: 2459.99 kcal; Białko ogółem: 101.96 g; Tłuszcz: 60.02 g; Kw. tł. nasy.: 26.19 g; Węglowodany ogółem: 392.87 g; W tym cukry: 101.73 g; Błonnik pok.: 28.34 g; Sól: 6.05 g;	Wartość energetyczna: 2274.27 kcal; Białko ogółem: 82.54 g; Tłuszcz: 48.71 g; Kw. tł. nasy.: 19.10 g; Węglowodany ogółem: 390.79 g; W tym cukry: 85.63 g; Błonnik pok.: 27.93 g; Sól: 5.39 g;	Wartość energetyczna: 2319.61 kcal; Białko ogółem: 90.38 g; Tłuszcz: 63.43 g; Kw. tł. nasy.: 27.15 g; Węglowodany ogółem: 361.17 g; W tym cukry: 97.66 g; Błonnik pok.: 29.38 g; Sól: 5.24 g;	Wartość energetyczna: 2063.22 kcal; Białko ogółem: 53.59 g; Tłuszcz: 38.83 g; Kw. tł. nasy.: 15.97 g; Węglowodany ogółem: 385.50 g; W tym cukry: 106.84 g; Błonnik pok.: 21.47 g; Sól: 3.89 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

	KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,niskolakt./mix	KRK- NAR II B Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR II C Papkowata/niskowęglowodanowa/-mix	KRK- NAR III Niskoresztkowa,niskolaktozowa-mielona	KRK- NAR III A Zapieraj./niskoresztk.,niskolakt./-miel.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoń.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona		
2024-12-20 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.)	Papka śn -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 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% 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% 15 g (MLE.) Twaróg półtusty b/laktozy 60 g (MLE b/LAK.) Dżem 50 g	Platki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twaróg półtusty 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	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 z/c 200 ml		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 150 ml Biskvoty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 150 ml	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 150 ml Biskvoty 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 Koktajl bananowy 250 ml (MLE.)	Papka ob () -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Koktajl bananowy 250 ml (MLE.)	Papka ob () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemiaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) (bez pieprzu) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku (bez pieprzu) () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Koktajl bananowy 250 ml (MLE.) Sos jarzynowy (bez pieprzu) () 100 ml (GLU PSZ, SEL.)	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemiaki gotowane () 200 g Pulpet z ryby (Dorsz) (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Banan 100 g Sos jarzynowy (bez pieprzu) () 100 ml (GLU PSZ, SEL.)	Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ziemiaki gotowane () 200 g Pulpet z ryby (Dorsz) z tłuszczem gotowane. () 150 g Ryba pieczona (Dorsz) (bez pieprzu) 80 g (RYB.) Warzywa po grecku (bez pieprzu) () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Banan 100 g Sos jarzynowy (bez pieprzu) () 100 ml (GLU PSZ, SEL.)	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemiaki gotowane () 200 g Pulpet z ryby (Dorsz) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Sos jarzynowy (bez pieprzu) () 100 ml (GLU PSZ, SEL.)	
	PD	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)			Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (MLE.)				Banan 200 g	
	Kolacja	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	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Papka kol () -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka kol () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, 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% 15 g (MLE.) Pasta z białek z koperkiem 90 g (JAJ, MLE.) Jablko 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% 15 g (MLE.) Pasta z białek z koperkiem 80 g (JAJ, MLE.) Jablko pieczone 150 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 białek z koperkiem 80 g (JAJ, MLE.) Jablko 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.) Dżem 60 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	
	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: 2188.08 kcal; Białko ogółem: 98.36 g; Tłuszcz: 70.89 g; Kw. tł. nasy.: 22.15 g; Węglowodany ogółem: 297.38 g; W tym cukry: 68.51 g; Błonnik pok.: 25.27 g; Sól: 1.66 g;	Wartość energetyczna: 2215.85 kcal; Białko ogółem: 95.09 g; Tłuszcz: 64.54 g; Kw. tł. nasy.: 20.41 g; Węglowodany ogółem: 321.48 g; W tym cukry: 105.54 g; Błonnik pok.: 24.04 g; Sól: 1.69 g;	Wartość energetyczna: 2098.28 kcal; Białko ogółem: 101.14 g; Tłuszcz: 69.86 g; Kw. tł. nasy.: 21.91 g; Węglowodany ogółem: 273.78 g; W tym cukry: 37.42 g; Błonnik pok.: 25.06 g; Sól: 1.76 g;	Wartość energetyczna: 2593.80 kcal; Białko ogółem: 103.46 g; Tłuszcz: 65.94 g; Kw. tł. nasy.: 28.23 g; Węglowodany ogółem: 408.72 g; W tym cukry: 132.48 g; Błonnik pok.: 30.35 g; Sól: 5.26 g;	Wartość energetyczna: 2374.03 kcal; Białko ogółem: 81.93 g; Tłuszcz: 55.49 g; Kw. tł. nasy.: 19.33 g; Węglowodany ogółem: 400.55 g; W tym cukry: 124.31 g; Błonnik pok.: 33.35 g; Sól: 5.38 g;	Wartość energetyczna: 2407.52 kcal; Białko ogółem: 92.37 g; Tłuszcz: 68.63 g; Kw. tł. nasy.: 27.40 g; Węglowodany ogółem: 367.27 g; W tym cukry: 143.81 g; Błonnik pok.: 30.44 g; Sól: 4.48 g;	Wartość energetyczna: 2132.28 kcal; Białko ogółem: 52.04 g; Tłuszcz: 37.03 g; Kw. tł. nasy.: 13.25 g; Węglowodany ogółem: 411.38 g; W tym cukry: 151.08 g; Błonnik pok.: 26.82 g; Sól: 4.42 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

	KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,niskolakt./mix	KRK- NAR II B Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR II C Papkowata/niskowęglowodanowa/-mix	KRK- NAR III Niskoresztkowa,niskolaktowozamielona	KRK- NAR III A Zapieraj./niskoresztk.,niskolakt./-miel.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoń.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona	
2024-12-21 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 JĘCZ.</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 JĘCZ.</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>) Dżem 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Dżem 50 g	Jogurt naturalny 2% tł 150g 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>) Dżem 60 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g
		Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Mus z brzoskwiń 150 g Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,66 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Mus z brzoskwiń 100 g Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)	Mus z jabłek () b/c 100 g Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)	Mus z jabłek () z/c 100 g 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 Galaretki jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (<u>MLE.</u>)	Papka ob () -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretki jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (<u>MLE.</u>)	Papka ob () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa z warzywami (bez pieprzu) () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Buraczki oprószone () 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretki jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (<u>MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem () 100 g	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Mięso wieprzowe mielone w sosie w (bez pieprzu) () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretki jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (<u>MLE.</u>)	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko z tłuszczem 150 g Potrawka drobiowa z warzywami (bez pieprzu) () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki oprószone () 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretki jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (<u>MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem () 100 g	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Mięso wieprzowe mielone w sosie w (bez pieprzu) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
		Galaretki jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (<u>MLE.</u>) Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)		Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)					Galaretki jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (<u>MLE.</u>)
	Kolejacja	Grysikowa () 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Papka kol () -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka dębowa łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 75 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR.</u>) Pasta z jarzyn 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 dębowa łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR.</u>) Pasta z jarzyn 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 dębowa łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR.</u>) Pasta z jarzyn 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
				Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)					
	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: 2066.79 kcal; Białko ogółem: 98.71 g; Tłuszcz: 72.73 g; Kw. tł. nasy.: 24.14 g; Węglowodany ogółem: 263.38 g; W tym cukry: 52.05 g; Błonnik pok.: 22.24 g; Sól: 1.54 g;	Wartość energetyczna: 1998.11 kcal; Białko ogółem: 91.83 g; Tłuszcz: 60.91 g; Kw. tł. nasy.: 18.33 g; Węglowodany ogółem: 278.99 g; W tym cukry: 81.93 g; Błonnik pok.: 20.58 g; Sól: 1.49 g;	Wartość energetyczna: 2039.33 kcal; Białko ogółem: 100.90 g; Tłuszcz: 69.77 g; Kw. tł. nasy.: 22.00 g; Węglowodany ogółem: 262.62 g; W tym cukry: 50.41 g; Błonnik pok.: 24.54 g; Sól: 1.70 g;	Wartość energetyczna: 2531.32 kcal; Białko ogółem: 84.88 g; Tłuszcz: 66.20 g; Kw. tł. nasy.: 25.34 g; Węglowodany ogółem: 412.42 g; W tym cukry: 100.88 g; Błonnik pok.: 29.57 g; Sól: 7.43 g;	Wartość energetyczna: 2693.24 kcal; Białko ogółem: 96.64 g; Tłuszcz: 82.26 g; Kw. tł. nasy.: 25.01 g; Węglowodany ogółem: 405.09 g; W tym cukry: 94.92 g; Błonnik pok.: 28.95 g; Sól: 6.71 g;	Wartość energetyczna: 2354.04 kcal; Białko ogółem: 81.25 g; Tłuszcz: 62.76 g; Kw. tł. nasy.: 25.42 g; Węglowodany ogółem: 377.55 g; W tym cukry: 106.30 g; Błonnik pok.: 27.15 g; Sól: 6.05 g;	Wartość energetyczna: 2432.06 kcal; Białko ogółem: 77.24 g; Tłuszcz: 63.18 g; Kw. tł. nasy.: 20.57 g; Węglowodany ogółem: 399.51 g; W tym cukry: 98.85 g; Błonnik pok.: 22.70 g; Sól: 3.82 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

	KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,niskolakt./mix	KRK- NAR II B Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR II C Papkowata/niskowęglowodanowa/-mix	KRK- NAR III Niskoresztkowa,niskolaktowamielona	KRK- NAR III A Zapieraj./niskoresztk.,niskolakt./-miel.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoń.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona	
2024-12-22 niedziela	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>)	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>) Jabłka prażone b/c 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>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Jabłka prażone b/c 50 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Jabłka prażone b/c 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g
	II ŚN	Galaretką o smaku pomarańczowym 150 g Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Galaretką o smaku pomarańczowym 150 g		Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Galaretką o smaku pomarańczowym z owocami 150 g			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 Kasza manna z jabłkiem prażonym (bez laktozy) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE b/LAK.</u>)	Papka ob () -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Kasza manna z jabłkiem prażonym (bez laktozy) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE b/LAK.</u>)	Papka ob () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta (bez pieprzu) 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Kasza manna z jabłkiem prażonym (bez laktozy) 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE b/LAK.</u>)	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Mięso wieprzowe mielone w sosie w/ (bez pieprzu) 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Kasza manna z jabłkiem prażonym (bez laktozy) 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE b/LAK.</u>)	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane. () 150 g Gulasz wieprzowy- dieta (bez pieprzu) 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Jabłko pieczone 150 g	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Mięso wieprzowe mielone w sosie w/ (bez pieprzu) 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	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>)				Jabłko pieczone 150 g
	Kolacja	Grysikowa () 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Papka kol () -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,66 szt (<u>MLE b/LAK.</u>) Mus z ananasa 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>) Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,5 szt (<u>MLE b/LAK.</u>) Mus z ananasa 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>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Mus z ananasa 50 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g Woda mineralna niegazowana 250 ml
	PN		Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)			Mus drugie śniadanie jaglanka + mus 100g 1 szt (<u>może zawierać: GLU PSZ.</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: 1926.37 kcal; Białko ogółem: 88.50 g; Tłuszcz: 64.52 g; Kw. tł. nasy.: 19.62 g; Węglowodany ogółem: 256.43 g; W tym cukry: 39.02 g; Błonnik pok.: 21.82 g; Sól: 1.39 g;	Wartość energetyczna: 1968.10 kcal; Białko ogółem: 85.69 g; Tłuszcz: 58.43 g; Kw. tł. nasy.: 17.88 g; Węglowodany ogółem: 282.91 g; W tym cukry: 76.04 g; Błonnik pok.: 20.59 g; Sól: 1.42 g;	Wartość energetyczna: 1977.10 kcal; Białko ogółem: 95.62 g; Tłuszcz: 67.81 g; Kw. tł. nasy.: 21.01 g; Węglowodany ogółem: 255.48 g; W tym cukry: 51.36 g; Błonnik pok.: 22.63 g; Sól: 1.65 g;	Wartość energetyczna: 2370.04 kcal; Białko ogółem: 96.90 g; Tłuszcz: 67.15 g; Kw. tł. nasy.: 27.57 g; Węglowodany ogółem: 358.14 g; W tym cukry: 85.07 g; Błonnik pok.: 29.21 g; Sól: 5.69 g;	Wartość energetyczna: 2392.11 kcal; Białko ogółem: 96.97 g; Tłuszcz: 70.86 g; Kw. tł. nasy.: 23.39 g; Węglowodany ogółem: 354.83 g; W tym cukry: 81.32 g; Błonnik pok.: 28.43 g; Sól: 5.53 g;	Wartość energetyczna: 2328.55 kcal; Białko ogółem: 93.43 g; Tłuszcz: 71.59 g; Kw. tł. nasy.: 24.92 g; Węglowodany ogółem: 340.29 g; W tym cukry: 102.28 g; Błonnik pok.: 29.33 g; Sól: 5.00 g;	Wartość energetyczna: 2208.89 kcal; Białko ogółem: 71.88 g; Tłuszcz: 63.13 g; Kw. tł. nasy.: 19.44 g; Węglowodany ogółem: 350.26 g; W tym cukry: 105.77 g; Błonnik pok.: 24.07 g; Sól: 4.39 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,
SO2 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż:

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