

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-01-20 poniedziałek	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g (MLE b/LAK.)	Papka śn -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	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.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 75 g (MLE.) 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.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Jabłka prażone b/c 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Jabłka prażone b/c 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 60 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	
	II ŚN	Galaretką o smaku cytrynowym 150 g Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	Galaretką o smaku cytrynowym 150 g		Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 200 ml	Galaretką o smaku cytrynowym 150 g Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,33 szt (MLE b/LAK.)	Galaretką o smaku cytrynowym 150 g		
	Obiad	Grysikowa () 450 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	Papka ob () -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)	Papka ob () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez pieprzu) 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos bazylkowy (bez pieprzu)* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos bazylkowy (bez pieprzu)* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos bazylkowy (bez pieprzu)* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos bazylkowy (bez pieprzu)* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)			Kleik ryżowy z jabłkiem 200 g	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Grysikowa () 450 ml (GLU PSZ, SEL.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa 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 z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 75 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Mus z brzoskwiń 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Mus z brzoskwiń 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Mus z brzoskwiń 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 60 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt							
	Wartość energetyczna: 948.23 kcal; Białko ogółem: 37.08 g; Tłuszcz: 14.88 g; Kw. tł. nasy.: 3.08 g; Węglowodany ogółem: 169.38 g; W tym cukry: 4.92 g; Błonnik pok.: 7.18 g; Sól: 1.97 g;	Wartość energetyczna: 1994.85 kcal; Białko ogółem: 94.35 g; Tłuszcz: 71.26 g; Kw. tł. nasy.: 19.54 g; Węglowodany ogółem: 253.14 g; W tym cukry: 31.46 g; Błonnik pok.: 20.38 g; Sól: 1.57 g;	Wartość energetyczna: 2020.38 kcal; Białko ogółem: 90.92 g; Tłuszcz: 64.17 g; Kw. tł. nasy.: 20.35 g; Węglowodany ogółem: 278.42 g; W tym cukry: 68.49 g; Błonnik pok.: 19.21 g; Sól: 1.63 g;	Wartość energetyczna: 2068.28 kcal; Białko ogółem: 97.47 g; Tłuszcz: 70.96 g; Kw. tł. nasy.: 22.45 g; Węglowodany ogółem: 270.27 g; W tym cukry: 52.35 g; Błonnik pok.: 22.02 g; Sól: 1.80 g;	Wartość energetyczna: 2439.48 kcal; Białko ogółem: 105.65 g; Tłuszcz: 68.88 g; Kw. tł. nasy.: 25.35 g; Węglowodany ogółem: 362.01 g; W tym cukry: 76.95 g; Błonnik pok.: 26.11 g; Sól: 7.14 g;	Wartość energetyczna: 2178.17 kcal; Białko ogółem: 81.11 g; Tłuszcz: 52.25 g; Kw. tł. nasy.: 16.48 g; Węglowodany ogółem: 358.60 g; W tym cukry: 75.94 g; Błonnik pok.: 26.05 g; Sól: 6.15 g;	Wartość energetyczna: 2346.48 kcal; Białko ogółem: 93.99 g; Tłuszcz: 64.07 g; Kw. tł. nasy.: 27.10 g; Węglowodany ogółem: 360.41 g; W tym cukry: 92.10 g; Błonnik pok.: 24.46 g; Sól: 6.03 g;	Wartość energetyczna: 2098.91 kcal; Białko ogółem: 55.15 g; Tłuszcz: 41.95 g; Kw. tł. nasy.: 14.48 g; Węglowodany ogółem: 386.92 g; W tym cukry: 96.90 g; Błonnik pok.: 25.81 g; Sól: 4.20 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

	KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk., niskolakt./mix	KRK- NAR II B Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR II C Papkowata/niskowęglowodanowa/-mix	KRK- NAR III Niskoresztkowa, niskolaktowa-mielona	KRK- NAR III A Zapieraj./niskoresztk., niskolakt./-miel.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoł.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona	
2025-01-21 wtorek	Śniadanie	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.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	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.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 90 g (MLE.) Dżem 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE.) Dżem 50 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE.) Dżem 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 60 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml
	II SN	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,33 szt (MLE b/LAK.) Mus z jabłek () b/c 100 g	Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Mus z jabłek () b/c 100 g	Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Mus z jabłek () b/c 100 g	Mus z jabłek () z/c 100 g Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,33 szt (MLE b/LAK.)	Mus z jabłek () z/c 100 g Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Mus z jabłek () z/c 150 g	Mus z jabłek () z/c 100 g Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)
	Obiad	Grysiwka () 450 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml	Papka ob () -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml	Papka ob () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Klopsik wieprzowy (bez pieprzu) 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny (bez pieprzu) () 100 ml (GLU PSZ.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Klopsik wieprzowy (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny (bez pieprzu) () 100 ml (GLU PSZ.) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ.) Klopsik wieprzowy (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny (bez pieprzu) () 100 ml (GLU PSZ.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Klopsik wieprzowy (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny (bez pieprzu) () 100 ml (GLU PSZ.) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)			Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml				Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Grysiwka () 450 ml (GLU PSZ, SEL.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa 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 z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 75 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Pasta warzywna (bez pieprzu) () 70 g (SEL.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Pasta warzywna (bez pieprzu) () 70 g (SEL.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Pasta warzywna (bez pieprzu) () 70 g (SEL.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 60 g
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt							
	Wartość energetyczna: 997.88 kcal; Białko ogółem: 35.05 g; Tłuszcz: 15.04 g; Kw. tł. nasy.: 3.24 g; Węglowodany ogółem: 184.32 g; W tym cukry: 30.97 g; Błonnik pok.: 8.00 g; Sól: 2.01 g;	Wartość energetyczna: 2046.20 kcal; Białko ogółem: 94.10 g; Tłuszcz: 70.42 g; Kw. tł. nasy.: 22.19 g; Węglowodany ogółem: 267.55 g; W tym cukry: 42.42 g; Błonnik pok.: 26.00 g; Sól: 1.42 g;	Wartość energetyczna: 2067.44 kcal; Białko ogółem: 92.57 g; Tłuszcz: 61.87 g; Kw. tł. nasy.: 18.42 g; Węglowodany ogółem: 293.20 g; W tym cukry: 79.46 g; Błonnik pok.: 24.87 g; Sól: 1.43 g;	Wartość energetyczna: 2108.58 kcal; Białko ogółem: 108.10 g; Tłuszcz: 69.74 g; Kw. tł. nasy.: 20.36 g; Węglowodany ogółem: 271.00 g; W tym cukry: 37.26 g; Błonnik pok.: 26.81 g; Sól: 1.58 g;	Wartość energetyczna: 2564.73 kcal; Białko ogółem: 99.34 g; Tłuszcz: 73.87 g; Kw. tł. nasy.: 28.79 g; Węglowodany ogółem: 388.16 g; W tym cukry: 103.00 g; Błonnik pok.: 31.89 g; Sól: 6.01 g;	Wartość energetyczna: 2444.61 kcal; Białko ogółem: 83.28 g; Tłuszcz: 54.18 g; Kw. tł. nasy.: 18.82 g; Węglowodany ogółem: 420.32 g; W tym cukry: 97.45 g; Błonnik pok.: 35.13 g; Sól: 5.07 g;	Wartość energetyczna: 2331.62 kcal; Białko ogółem: 81.91 g; Tłuszcz: 66.64 g; Kw. tł. nasy.: 26.24 g; Węglowodany ogółem: 362.69 g; W tym cukry: 114.51 g; Błonnik pok.: 29.99 g; Sól: 4.90 g;	Wartość energetyczna: 2246.96 kcal; Białko ogółem: 57.09 g; Tłuszcz: 44.57 g; Kw. tł. nasy.: 16.36 g; Węglowodany ogółem: 416.78 g; W tym cukry: 113.71 g; Błonnik pok.: 25.15 g; Sól: 3.45 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

	KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,niskolakat./mix	KRK- NAR II B Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR II C Papkowata/niskowęglowodanowa/-mix	KRK- NAR III Niskoresztkowa,niskolakotzowa-mielona	KRK- NAR III A Zapieraj./niskoresztk.,niskolakat./-miel.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoł.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona	
2025-01-22 środa	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g (MLE b/LAK.)	Papka śn -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	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.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka pieczona, łopatka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 75 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) 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 pieczona, łopatka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Dżem 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka pieczona, łopatka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Dżem 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml
	II SN	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	Kasza manna z jabłkiem prażonym (bez laktozy) 200 ml (GLU PSZ, MLE b/LAK.)			Kasza manna z jabłkiem prażonym (bez laktozy) 150 ml (GLU PSZ, MLE b/LAK.)		Jabłko pieczone 150 g	Kasza manna z jabłkiem prażonym (bez laktozy) 150 ml (GLU PSZ, MLE b/LAK.)
	Obiad	Grysikowa () 450 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob (-) -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml	Papka ob (-) -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,) Kompot owocowy* z/c 300 ml Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml	Papka ob (-) -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (-) -dieta b/brokula i kalafora 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy (bez pieprzu) 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy (bez pieprzu) () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml	Jarzynowa z makaronem (-) -dieta b/brokula i kalafora 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy (bez pieprzu) () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem gotowane. () 150 g Pulpet drobiowy (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy (bez pieprzu) () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml	Jarzynowa z makaronem (-) -dieta b/brokula i kalafora 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy (bez pieprzu) () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)			Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 200 ml				Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml
	Kolacja	Woda mineralna niegazowana 250 ml Grysikowa () 450 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	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 z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol (-) -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa 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 z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 75 g (MLE.) Banan 1szt. 1 szt	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Banan 1szt. 1 szt	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Banan 1szt. 1 szt	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 60 g
PN		Mus- przecier owocowy jablko 100g (tubka) 1 szt							
	Wartość energetyczna: 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: 2195.42 kcal; Białko ogółem: 93.58 g; Tłuszcz: 69.52 g; Kw. tł. nasy.: 19.87 g; Węglowodany ogółem: 307.56 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 21.05 g; Sól: 1.41 g;	Wartość energetyczna: 2089.29 kcal; Białko ogółem: 85.93 g; Tłuszcz: 60.60 g; Kw. tł. nasy.: 18.13 g; Węglowodany ogółem: 309.14 g; W tym cukry: 101.32 g; Błonnik pok.: 19.92 g; Sól: 1.44 g;	Wartość energetyczna: 2226.70 kcal; Białko ogółem: 99.03 g; Tłuszcz: 69.81 g; Kw. tł. nasy.: 20.07 g; Węglowodany ogółem: 309.74 g; W tym cukry: 59.07 g; Błonnik pok.: 21.87 g; Sól: 1.57 g;	Wartość energetyczna: 2417.86 kcal; Białko ogółem: 88.18 g; Tłuszcz: 57.96 g; Kw. tł. nasy.: 23.05 g; Węglowodany ogółem: 402.83 g; W tym cukry: 147.50 g; Błonnik pok.: 26.83 g; Sól: 7.34 g;	Wartość energetyczna: 2288.02 kcal; Białko ogółem: 73.92 g; Tłuszcz: 48.06 g; Kw. tł. nasy.: 16.80 g; Węglowodany ogółem: 404.43 g; W tym cukry: 146.70 g; Błonnik pok.: 24.05 g; Sól: 5.86 g;	Wartość energetyczna: 2506.89 kcal; Białko ogółem: 85.93 g; Tłuszcz: 68.65 g; Kw. tł. nasy.: 26.10 g; Węglowodany ogółem: 401.62 g; W tym cukry: 175.60 g; Błonnik pok.: 27.43 g; Sól: 6.05 g;	Wartość energetyczna: 1967.21 kcal; Białko ogółem: 50.81 g; Tłuszcz: 40.41 g; Kw. tł. nasy.: 15.01 g; Węglowodany ogółem: 360.67 g; W tym cukry: 118.44 g; Błonnik pok.: 19.20 g; Sól: 3.76 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

	KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,niskolakat./mix	KRK- NAR II B Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR II C Papkowata/niskowęglowodanowa/-mix	KRK- NAR III Niskoresztkowa,niskolaktozowa-mielona	KRK- NAR III A Zapieraj./niskoresztk.,niskolakat./-miel.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoł.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona	
2025-01-23 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.) Papka śn -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,66 szt (MLE b/LAK.) Mus z ananasa 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,5 szt (MLE b/LAK.) Mus z ananasa 50 g Cytryna Cateringowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Mus z ananasa 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 60 g
	II ŚN	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE)	Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (MLE)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	Jabłko pieczone 150 g	Biskopki b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)		
Obiad	Grysikowa () 450 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Galaretką o smaku cytrynowym 150 g	Papka ob () -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretką o smaku cytrynowym 150 g	Papka ob () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*(t) 350 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretką o smaku cytrynowym 150 g	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 350 g (SEL.) Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretką o smaku cytrynowym 150 g	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*(t) 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 150 ml	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 350 g (SEL.) Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml				Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 150 ml	
Kolacja	Woda mineralna niegazowana 250 ml Grysikowa () 450 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	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 z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa 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 z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 75 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE, SEL.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE, SEL.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE, SEL.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 60 g	
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 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: 1995.85 kcal; Białko ogółem: 95.55 g; Tłuszcz: 71.56 g; Kw. tł. nasy.: 19.74 g; Węglowodany ogółem: 250.14 g; W tym cukry: 28.46 g; Błonnik pok.: 19.88 g; Sól: 1.54 g;	Wartość energetyczna: 2021.38 kcal; Białko ogółem: 92.12 g; Tłuszcz: 64.47 g; Kw. tł. nasy.: 20.55 g; Węglowodany ogółem: 275.42 g; W tym cukry: 65.49 g; Błonnik pok.: 18.71 g; Sól: 1.60 g;	Wartość energetyczna: 2027.73 kcal; Białko ogółem: 98.32 g; Tłuszcz: 70.47 g; Kw. tł. nasy.: 22.16 g; Węglowodany ogółem: 258.27 g; W tym cukry: 46.17 g; Błonnik pok.: 21.32 g; Sól: 1.80 g;	Wartość energetyczna: 2590.29 kcal; Białko ogółem: 93.74 g; Tłuszcz: 82.46 g; Kw. tł. nasy.: 30.69 g; Węglowodany ogółem: 383.93 g; W tym cukry: 75.08 g; Błonnik pok.: 27.36 g; Sól: 6.63 g;	Wartość energetyczna: 2445.49 kcal; Białko ogółem: 86.32 g; Tłuszcz: 69.21 g; Kw. tł. nasy.: 23.58 g; Węglowodany ogółem: 381.78 g; W tym cukry: 72.83 g; Błonnik pok.: 22.87 g; Sól: 5.61 g;	Wartość energetyczna: 2218.98 kcal; Białko ogółem: 78.38 g; Tłuszcz: 66.27 g; Kw. tł. nasy.: 24.07 g; Węglowodany ogółem: 341.73 g; W tym cukry: 117.95 g; Błonnik pok.: 26.63 g; Sól: 5.04 g;	Wartość energetyczna: 2078.61 kcal; Białko ogółem: 55.01 g; Tłuszcz: 46.23 g; Kw. tł. nasy.: 15.91 g; Węglowodany ogółem: 369.63 g; W tym cukry: 109.30 g; Błonnik pok.: 18.38 g; Sól: 3.25 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-01-24 piątek	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g (MLE b/LAK.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Papka śn -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Papka śn -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twaróg półtusty b/laktozy 90 g (MLE b/LAK.) Dżem 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twaróg półtusty b/laktozy 60 g (MLE b/LAK.) Dżem 50 g	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 60 g (MLE.) Dżem 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 60 g
	II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml		Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 200 ml	Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)
	Obiad	Grysikowa () 450 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (MLE.)	Papka ob () -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (MLE.)	Papka ob () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Dorsz) (bez pieprzu) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy (bez pieprzu) () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (MLE.)	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Dorsz) (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy (bez pieprzu) () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (MLE.)	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem gotowane. () 150 g Pieczeń z ryby mielonej (Dorsz) (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy (bez pieprzu) () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (MLE.)	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Dorsz) (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy (bez pieprzu) () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 150 g (GLU PSZ, SEL.) 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.)			Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Jabłka prażone b/c 100 g				Banan 200 g
	Kolacja	Woda mineralna niegazowana 250 ml Grysikowa () 450 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z białek, twarogu z natką pietruszki 90 g (JAJ, MLE.) 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 (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z białek, twarogu z natką pietruszki 80 g (JAJ, MLE.) 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 (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z białek, twarogu z natką pietruszki 80 g (JAJ, MLE.) 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 (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 60 g
	PN	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 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: 2094.75 kcal; Białko ogółem: 90.35 g; Tłuszcz: 67.42 g; Kw. tł. nasy.: 20.20 g; Węglowodany ogółem: 288.98 g; W tym cukry: 64.61 g; Błonnik pok.: 20.71 g; Sól: 1.44 g;	Wartość energetyczna: 2127.78 kcal; Białko ogółem: 87.22 g; Tłuszcz: 61.08 g; Kw. tł. nasy.: 18.46 g; Węglowodany ogółem: 314.26 g; W tym cukry: 101.64 g; Błonnik pok.: 19.53 g; Sól: 1.48 g;	Wartość energetyczna: 2112.45 kcal; Białko ogółem: 99.01 g; Tłuszcz: 68.50 g; Kw. tł. nasy.: 20.35 g; Węglowodany ogółem: 284.44 g; W tym cukry: 57.35 g; Błonnik pok.: 24.27 g; Sól: 1.55 g;	Wartość energetyczna: 2513.95 kcal; Białko ogółem: 109.09 g; Tłuszcz: 67.85 g; Kw. tł. nasy.: 29.27 g; Węglowodany ogółem: 377.35 g; W tym cukry: 93.48 g; Błonnik pok.: 25.58 g; Sól: 6.12 g;	Wartość energetyczna: 2419.39 kcal; Białko ogółem: 84.11 g; Tłuszcz: 55.83 g; Kw. tł. nasy.: 19.57 g; Węglowodany ogółem: 403.92 g; W tym cukry: 111.31 g; Błonnik pok.: 22.46 g; Sól: 4.37 g;	Wartość energetyczna: 2435.31 kcal; Białko ogółem: 89.77 g; Tłuszcz: 69.80 g; Kw. tł. nasy.: 27.46 g; Węglowodany ogółem: 371.37 g; W tym cukry: 130.13 g; Błonnik pok.: 23.23 g; Sól: 4.51 g;	Wartość energetyczna: 2201.48 kcal; Białko ogółem: 55.74 g; Tłuszcz: 41.07 g; Kw. tł. nasy.: 13.69 g; Węglowodany ogółem: 412.90 g; W tym cukry: 149.52 g; Błonnik pok.: 22.52 g; Sól: 3.71 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-01-25 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 JECZ.) Papka śn -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Papka śn -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) 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.) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 80 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Dżem 50 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 80 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Dżem 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 60 g
	II ŚN	Galaretką o smaku cytrynowym 150 g Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	Galaretką o smaku cytrynowym 150 g		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)	Galaretką o smaku cytrynowym 150 g Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,33 szt (MLE b/LAK.)	Galaretką o smaku cytrynowym 150 g		
	Obiad	Grysiwka () 450 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Koktajl bananowy 300 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	Koperkowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta (bez pieprzu) 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Koktajl bananowy 250 ml (MLE.)	Koperkowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Mięso wieprzowe mielone w sosie w/ (bez pieprzu) 150 g (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Banan 200 g	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem gotowane. () 150 g Gulasz wieprzowy- dieta (bez pieprzu) 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Banan 200 g	Koperkowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Mięso wieprzowe mielone w sosie w/ (bez pieprzu) 150 g (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Banan 200 g
	PD	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)			Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE.)				Banan 200 g
	Kolacja	Woda mineralna niegazowana 250 ml Grysiwka () 450 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 75 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem (bez pieprzu) () 70 g (SEL.)	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem (bez pieprzu) () 70 g (SEL.)	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem (bez pieprzu) () 70 g (SEL.)	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 60 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt							
	Wartość energetyczna: 948.23 kcal; Białko ogółem: 37.08 g; Tłuszcz: 14.88 g; Kw. tł. nasy.: 3.08 g; Węglowodany ogółem: 169.38 g; W tym cukry: 4.92 g; Błonnik pok.: 7.18 g; Sól: 1.97 g;	Wartość energetyczna: 2024.60 kcal; Białko ogółem: 94.49 g; Tłuszcz: 69.48 g; Kw. tł. nasy.: 22.60 g; Węglowodany ogółem: 265.77 g; W tym cukry: 62.59 g; Błonnik pok.: 21.85 g; Sól: 1.76 g;	Wartość energetyczna: 2029.46 kcal; Białko ogółem: 90.05 g; Tłuszcz: 62.53 g; Kw. tł. nasy.: 20.35 g; Węglowodany ogółem: 286.54 g; W tym cukry: 94.43 g; Błonnik pok.: 20.45 g; Sól: 1.74 g;	Wartość energetyczna: 2044.43 kcal; Białko ogółem: 100.33 g; Tłuszcz: 72.36 g; Kw. tł. nasy.: 24.69 g; Węglowodany ogółem: 258.66 g; W tym cukry: 57.96 g; Błonnik pok.: 21.49 g; Sól: 1.98 g;	Wartość energetyczna: 2582.57 kcal; Białko ogółem: 104.43 g; Tłuszcz: 78.35 g; Kw. tł. nasy.: 31.23 g; Węglowodany ogółem: 377.99 g; W tym cukry: 125.60 g; Błonnik pok.: 24.87 g; Sól: 6.32 g;	Wartość energetyczna: 2571.18 kcal; Białko ogółem: 95.34 g; Tłuszcz: 78.10 g; Kw. tł. nasy.: 23.24 g; Węglowodany ogółem: 388.42 g; W tym cukry: 130.64 g; Błonnik pok.: 30.87 g; Sól: 6.00 g;	Wartość energetyczna: 2437.81 kcal; Białko ogółem: 88.54 g; Tłuszcz: 75.93 g; Kw. tł. nasy.: 27.36 g; Węglowodany ogółem: 363.06 g; W tym cukry: 147.33 g; Błonnik pok.: 24.48 g; Sól: 5.05 g;	Wartość energetyczna: 2289.97 kcal; Białko ogółem: 72.68 g; Tłuszcz: 58.07 g; Kw. tł. nasy.: 19.46 g; Węglowodany ogółem: 382.35 g; W tym cukry: 133.81 g; Błonnik pok.: 26.12 g; Sól: 4.31 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

	KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,niskolak. /mix	KRK- NAR II B Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR II C Papkowata/niskowęglowodanowa/-mix	KRK- NAR III Niskoresztkowa,niskolaktozowa-mielona	KRK- NAR III A Zapieraj./niskoresztk.,niskolak./-miel.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoł.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona	
2025-01-26 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>) Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtusty b/laktozy 90 g (<u>MLE b/LAK.</u>) Dżem 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtusty b/laktozy 60 g (<u>MLE b/LAK.</u>) Dżem 50 g	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g
	II SN	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,66 szt (<u>MLE b/LAK.</u>) Jabłka prażone b/c 100 g	Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Jabłka prażone b/c 100 g	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>) Jabłka prażone b/c 50 g	Jabłko pieczone 150 g	Mus z jabłek () z/c 100 g Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)		
	Obiad	Grysikowa () 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml	Papka ob () -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml	Papka ob () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa (bez pieprzu) () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Grysikowa () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa (bez pieprzu) () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane. () 150 g Potrawka drobiowa (bez pieprzu) () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml	Grysikowa () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa (bez pieprzu) () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)		Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 200 ml				Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml	
	Kolacja	Woda mineralna niegazowana 250 ml Grysikowa () 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 75 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</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>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</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>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</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
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,3l 1 szt							
		Wartość energetyczna: 997.88 kcal; Białko ogółem: 35.05 g; Tłuszcz: 15.04 g; Kw. tł. nasy.: 3.24 g; Węglowodany ogółem: 184.32 g; W tym cukry: 30.97 g; Błonnik pok.: 8.00 g; Sól: 2.01 g;	Wartość energetyczna: 2130.86 kcal; Białko ogółem: 100.10 g; Tłuszcz: 73.90 g; Kw. tł. nasy.: 24.21 g; Węglowodany ogółem: 275.11 g; W tym cukry: 42.51 g; Błonnik pok.: 26.42 g; Sól: 1.47 g;	Wartość energetyczna: 2089.60 kcal; Białko ogółem: 93.07 g; Tłuszcz: 61.88 g; Kw. tł. nasy.: 18.41 g; Węglowodany ogółem: 298.42 g; W tym cukry: 79.54 g; Błonnik pok.: 25.25 g; Sól: 1.42 g;	Wartość energetyczna: 2087.85 kcal; Białko ogółem: 101.65 g; Tłuszcz: 68.50 g; Kw. tł. nasy.: 20.35 g; Węglowodany ogółem: 275.33 g; W tym cukry: 37.35 g; Błonnik pok.: 27.24 g; Sól: 1.55 g;	Wartość energetyczna: 2433.96 kcal; Białko ogółem: 99.54 g; Tłuszcz: 63.33 g; Kw. tł. nasy.: 24.43 g; Węglowodany ogółem: 379.15 g; W tym cukry: 97.50 g; Błonnik pok.: 31.24 g; Sól: 6.36 g;	Wartość energetyczna: 2279.28 kcal; Białko ogółem: 82.61 g; Tłuszcz: 52.28 g; Kw. tł. nasy.: 16.94 g; Węglowodany ogółem: 380.57 g; W tym cukry: 96.36 g; Błonnik pok.: 28.05 g; Sól: 5.31 g;	Wartość energetyczna: 2288.90 kcal; Białko ogółem: 87.74 g; Tłuszcz: 65.16 g; Kw. tł. nasy.: 25.52 g; Węglowodany ogółem: 349.87 g; W tym cukry: 130.41 g; Błonnik pok.: 30.75 g; Sól: 5.36 g;	Wartość energetyczna: 2069.54 kcal; Białko ogółem: 52.74 g; Tłuszcz: 40.93 g; Kw. tł. nasy.: 14.70 g; Węglowodany ogółem: 384.29 g; W tym cukry: 116.87 g; Błonnik pok.: 23.82 g; Sól: 3.78 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-01-27 poniedziałek	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g (MLE b/LAK.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Papka śn -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Papka śn -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Papka śn -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 75 g Dżem 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Dżem 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Dżem 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 60 g
	II SN	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 150 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	Koktajl bananowy 250 ml (MLE.)		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml	Koktajl bananowy 250 ml (MLE.)		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 150 ml	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 150 ml
	Obiad	Grysikowa () 450 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Galaretko o smaku pomarańczowym 150 g	Papka ob () -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretko o smaku pomarańczowym 150 g	Papka ob () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 150 g Jogurt naturalny bez laktozy 150g 0,66 szt (MLE b/LAK.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretko o smaku pomarańczowym z owocami 150 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.)	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 150 g Jogurt naturalny bez laktozy 150g 0,66 szt (MLE b/LAK.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretko o smaku pomarańczowym z owocami 150 g	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko z tłuszczem 150 g Mus z jabłek () z/c 150 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretko o smaku pomarańczowym z owocami 150 g	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Galaretko o smaku pomarańczowym 150 g Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)			Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (MLE.)				Kleik ryżowy z jabłkiem 200 g
	Kolacja	Woda mineralna niegazowana 250 ml Grysikowa () 450 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 90 g (MLE.) Mus z brzoskwiń 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twaróg półtusty b/laktozy 60 g (MLE b/LAK.) Mus z brzoskwiń 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE.) Mus z brzoskwiń 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 60 g
	PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt							
	Wartość energetyczna: 1058.78 kcal; Białko ogółem: 37.23 g; Tłuszcz: 15.00 g; Kw. tł. nasy.: 3.20 g; Węglowodany ogółem: 196.90 g; W tym cukry: 24.46 g; Błonnik pok.: 7.80 g; Sól: 2.00 g;	Wartość energetyczna: 1959.85 kcal; Białko ogółem: 91.39 g; Tłuszcz: 67.79 g; Kw. tł. nasy.: 21.82 g; Węglowodany ogółem: 254.12 g; W tym cukry: 50.32 g; Błonnik pok.: 20.98 g; Sól: 1.50 g;	Wartość energetyczna: 2003.33 kcal; Białko ogółem: 88.62 g; Tłuszcz: 61.70 g; Kw. tł. nasy.: 20.08 g; Węglowodany ogółem: 281.01 g; W tym cukry: 87.35 g; Błonnik pok.: 19.78 g; Sól: 1.54 g;	Wartość energetyczna: 1991.38 kcal; Białko ogółem: 93.42 g; Tłuszcz: 67.53 g; Kw. tł. nasy.: 21.76 g; Węglowodany ogółem: 261.27 g; W tym cukry: 59.94 g; Błonnik pok.: 21.60 g; Sól: 1.70 g;	Wartość energetyczna: 2355.48 kcal; Białko ogółem: 80.69 g; Tłuszcz: 47.99 g; Kw. tł. nasy.: 23.68 g; Węglowodany ogółem: 407.35 g; W tym cukry: 113.85 g; Błonnik pok.: 17.84 g; Sól: 5.02 g;	Wartość energetyczna: 2120.97 kcal; Białko ogółem: 56.98 g; Tłuszcz: 32.83 g; Kw. tł. nasy.: 15.39 g; Węglowodany ogółem: 406.62 g; W tym cukry: 108.26 g; Błonnik pok.: 17.58 g; Sól: 4.10 g;	Wartość energetyczna: 2307.55 kcal; Białko ogółem: 73.85 g; Tłuszcz: 53.40 g; Kw. tł. nasy.: 27.13 g; Węglowodany ogółem: 389.31 g; W tym cukry: 133.68 g; Błonnik pok.: 16.66 g; Sól: 4.24 g;	Wartość energetyczna: 1916.71 kcal; Białko ogółem: 33.06 g; Tłuszcz: 26.25 g; Kw. tł. nasy.: 13.16 g; Węglowodany ogółem: 396.28 g; W tym cukry: 108.49 g; Błonnik pok.: 18.43 g; Sól: 2.68 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-01-28 wtorek	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g (MLE b/LAK.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Papka śn -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Papka śn -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Papka śn -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta warzywna () 70 g (SEL.) Filet zapiekany drobiowy 75 g (MLE.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta warzywna () 70 g (SEL.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Pasta warzywna () 70 g (SEL.) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 60 g
	II SN	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml		Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)
	Obiad	Grysikowa () 450 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	Papka ob () -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE)	Papka ob () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Solferino () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa (bez pieprzu) 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy (bez pieprzu) () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy (bez pieprzu) () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 150 g Pieczeń rzymska wieprzowa (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy (bez pieprzu) () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE)	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy (bez pieprzu) () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE)				Banan 200 g
	Kolacja	Woda mineralna niegazowana 250 ml Grysikowa () 450 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ryba (dorsz) po grecku (bez pieprzu) () 100 g (RYB, SEL.) Banan 100 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Banan 100 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ryba (dorsz) po grecku (bez pieprzu) () 100 g (RYB, SEL.) Banan 100 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 60 g
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt							
	Wartość energetyczna: 961.03 kcal; Białko ogółem: 35.00 g; Tłuszcz: 15.00 g; Kw. tł. nasy.: 3.20 g; Węglowodany ogółem: 175.15 g; W tym cukry: 24.46 g; Błonnik pok.: 7.80 g; Sól: 2.00 g;	Wartość energetyczna: 2045.50 kcal; Białko ogółem: 93.52 g; Tłuszcz: 71.72 g; Kw. tł. nasy.: 19.90 g; Węglowodany ogółem: 265.08 g; W tym cukry: 54.51 g; Błonnik pok.: 20.71 g; Sól: 1.58 g;	Wartość energetyczna: 2071.03 kcal; Białko ogółem: 90.09 g; Tłuszcz: 64.63 g; Kw. tł. nasy.: 20.71 g; Węglowodany ogółem: 290.36 g; W tym cukry: 91.54 g; Błonnik pok.: 19.53 g; Sól: 1.64 g;	Wartość energetyczna: 2069.28 kcal; Białko ogółem: 98.67 g; Tłuszcz: 71.26 g; Kw. tł. nasy.: 22.65 g; Węglowodany ogółem: 267.27 g; W tym cukry: 49.35 g; Błonnik pok.: 21.52 g; Sól: 1.77 g;	Wartość energetyczna: 2462.46 kcal; Białko ogółem: 102.62 g; Tłuszcz: 65.74 g; Kw. tł. nasy.: 23.45 g; Węglowodany ogółem: 378.28 g; W tym cukry: 106.05 g; Błonnik pok.: 27.47 g; Sól: 6.14 g;	Wartość energetyczna: 2293.93 kcal; Białko ogółem: 84.70 g; Tłuszcz: 57.15 g; Kw. tł. nasy.: 17.66 g; Węglowodany ogółem: 372.65 g; W tym cukry: 99.80 g; Błonnik pok.: 22.51 g; Sól: 6.43 g;	Wartość energetyczna: 2274.80 kcal; Białko ogółem: 93.45 g; Tłuszcz: 64.41 g; Kw. tł. nasy.: 26.19 g; Węglowodany ogółem: 341.79 g; W tym cukry: 115.36 g; Błonnik pok.: 24.17 g; Sól: 5.27 g;	Wartość energetyczna: 2180.02 kcal; Białko ogółem: 55.32 g; Tłuszcz: 36.69 g; Kw. tł. nasy.: 15.52 g; Węglowodany ogółem: 419.99 g; W tym cukry: 150.77 g; Błonnik pok.: 25.45 g; Sól: 4.02 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-01-29 środa	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g (MLE b/LAK.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Papka śn -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Papka śn -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,66 szt (MLE b/LAK.) Dżem 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,5 szt (MLE b/LAK.) Dżem 50 g	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Dżem 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 60 g
	II ŚN	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	Kasza manna z jabłkiem prażonym (bez laktozy) 200 g (GLU PSZ, MLE b/LAK.)			Kasza manna z jabłkiem prażonym (bez laktozy) 150 g (GLU PSZ, MLE b/LAK.)		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko pieczone 150 g
Obiad	Grysikowa () 450 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (MLE.)	Papka ob () -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (MLE.)	Papka ob () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Budyń z udźca kurczaka (bez pieprzu) 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos bazyliowy () (bez pieprzu) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Dyńia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (MLE.)	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Budyń z udźca kurczaka (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos bazyliowy () (bez pieprzu) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Dyńia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (MLE.)	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem gotowane. () 150 g Budyń z udźca kurczaka (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos bazyliowy () (bez pieprzu) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Dyńia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (MLE.)	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Budyń z udźca kurczaka (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos bazyliowy () (bez pieprzu) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Dyńia duszona z olejem* (bez pieprzu) 150 g (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.)				Mus z jabłek () b/c 100 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.)			Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)
Kolacja	Woda mineralna niegazowana 250 ml Grysikowa () 450 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka krusza z pieca wieprzowa, parzona 75 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Jabłko pieczone 150 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g Szynka krusza z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.)	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g Szynka krusza z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.)	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 60 g	
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt				Banan 1szt. 1 szt			
	Wartość energetyczna: 978.23 kcal; Białko ogółem: 39.18 g; Tłuszcz: 15.88 g; Kw. tł. nasy.: 3.68 g; Węglowodany ogółem: 172.48 g; W tym cukry: 7.02 g; Błonnik pok.: 7.18 g; Sól: 2.05 g;	Wartość energetyczna: 2016.59 kcal; Białko ogółem: 92.78 g; Tłuszcz: 68.16 g; Kw. tł. nasy.: 20.30 g; Węglowodany ogółem: 268.38 g; W tym cukry: 42.84 g; Błonnik pok.: 21.03 g; Sól: 1.55 g;	Wartość energetyczna: 2049.62 kcal; Białko ogółem: 89.65 g; Tłuszcz: 61.82 g; Kw. tł. nasy.: 18.56 g; Węglowodany ogółem: 293.66 g; W tym cukry: 79.87 g; Błonnik pok.: 19.86 g; Sól: 1.58 g;	Wartość energetyczna: 2088.82 kcal; Białko ogółem: 101.46 g; Tłuszcz: 69.26 g; Kw. tł. nasy.: 20.46 g; Węglowodany ogółem: 277.47 g; W tym cukry: 48.89 g; Błonnik pok.: 24.65 g; Sól: 1.66 g;	Wartość energetyczna: 2439.37 kcal; Białko ogółem: 88.65 g; Tłuszcz: 57.25 g; Kw. tł. nasy.: 26.61 g; Węglowodany ogółem: 410.01 g; W tym cukry: 127.38 g; Błonnik pok.: 25.33 g; Sól: 5.73 g;	Wartość energetyczna: 2313.19 kcal; Białko ogółem: 76.89 g; Tłuszcz: 46.94 g; Kw. tł. nasy.: 19.42 g; Węglowodany ogółem: 408.91 g; W tym cukry: 126.55 g; Błonnik pok.: 22.49 g; Sól: 4.66 g;	Wartość energetyczna: 2434.88 kcal; Białko ogółem: 86.61 g; Tłuszcz: 60.27 g; Kw. tł. nasy.: 24.48 g; Węglowodany ogółem: 400.33 g; W tym cukry: 151.31 g; Błonnik pok.: 25.72 g; Sól: 4.77 g;	Wartość energetyczna: 1964.98 kcal; Białko ogółem: 52.33 g; Tłuszcz: 36.49 g; Kw. tł. nasy.: 13.96 g; Węglowodany ogółem: 362.40 g; W tym cukry: 102.72 g; Błonnik pok.: 17.89 g; Sól: 3.54 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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		
2025-01-30 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 młkiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kawa zbożowa z młkiem/p b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Papka śn -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 75 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem (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 i olejem (bez pieprzu) () 70 g (SEL.)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) 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 i olejem (bez pieprzu) () 70 g (SEL.) Kawa zbożowa z młkiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 60 g	
		II SN	Galaretką o smaku pomarańczowym 150 g Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	Koktajl bananowy 300 ml (MLE.)	Koktajl bananowy 250 ml (MLE.)	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml	Koktajl bananowy 250 ml (MLE.)	Banan 200 g	Koktajl bananowy 250 ml (MLE.)	Banan 200 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 Mus z jabłkiem () b/c 100 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.)	Papka ob () -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Mus z jabłkiem () z/c 100 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.)	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.) Zrazik wieprzowy pieczony mielony (bez pieprzu) 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy (bez pieprzu) () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Mus z jabłkiem () z/c 100 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.)	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Zrazik wieprzowy pieczony mielony (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy (bez pieprzu) () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Mus z jabłkiem () z/c 100 g Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z tłuszczem 150 g (GLU PSZ.) Zrazik wieprzowy pieczony mielony (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy (bez pieprzu) () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Mus z jabłkiem () z/c 150 g	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Zrazik wieprzowy pieczony mielony (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Marchew gotowana z olejem () 150 g Sos jarzynowy (bez pieprzu) () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Mus z jabłkiem () z/c 150 g	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Zrazik wieprzowy pieczony mielony (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Marchew gotowana z olejem () 150 g Sos jarzynowy (bez pieprzu) () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Mus z jabłkiem () z/c 150 g
		PD	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)				Mus z jabłkiem () z/c 100 g Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	
	Kolacja	Woda mineralna niegazowana 250 ml Grysikowa () 450 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 75 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.) 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.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.) 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.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.) 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	
		BN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (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: 2120.08 kcal; Białko ogółem: 105.54 g; Tłuszcz: 72.50 g; Kw. tł. nasy.: 22.60 g; Węglowodany ogółem: 270.02 g; W tym cukry: 42.88 g; Błonnik pok.: 26.67 g; Sól: 1.69 g;	Wartość energetyczna: 2172.73 kcal; Białko ogółem: 104.78 g; Tłuszcz: 68.42 g; Kw. tł. nasy.: 22.35 g; Węglowodany ogółem: 293.86 g; W tym cukry: 90.50 g; Błonnik pok.: 22.36 g; Sól: 1.88 g;	Wartość energetyczna: 2040.13 kcal; Białko ogółem: 100.06 g; Tłuszcz: 70.42 g; Kw. tł. nasy.: 22.31 g; Węglowodany ogółem: 259.31 g; W tym cukry: 34.17 g; Błonnik pok.: 24.29 g; Sól: 1.69 g;	Wartość energetyczna: 2632.57 kcal; Białko ogółem: 110.76 g; Tłuszcz: 72.59 g; Kw. tł. nasy.: 28.01 g; Węglowodany ogółem: 398.57 g; W tym cukry: 110.44 g; Błonnik pok.: 34.40 g; Sól: 7.81 g;	Wartość energetyczna: 2492.23 kcal; Białko ogółem: 80.79 g; Tłuszcz: 55.39 g; Kw. tł. nasy.: 18.69 g; Węglowodany ogółem: 433.29 g; W tym cukry: 120.30 g; Błonnik pok.: 35.93 g; Sól: 6.12 g;	Wartość energetyczna: 2472.76 kcal; Białko ogółem: 95.12 g; Tłuszcz: 75.01 g; Kw. tł. nasy.: 29.85 g; Węglowodany ogółem: 369.28 g; W tym cukry: 131.07 g; Błonnik pok.: 30.04 g; Sól: 6.56 g;	Wartość energetyczna: 2285.29 kcal; Białko ogółem: 56.33 g; Tłuszcz: 43.12 g; Kw. tł. nasy.: 16.32 g; Węglowodany ogółem: 431.94 g; W tym cukry: 136.23 g; Błonnik pok.: 27.31 g; Sól: 3.66 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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
2025-01-31 piątek	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g (MLE b/LAK.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Papka śn -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Papka śn -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twaróg półtusty b/laktozy 90 g (MLE b/LAK.) Dżem 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twaróg półtusty b/laktozy 60 g (MLE b/LAK.) Dżem 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twaróg 60 g (MLE.) Dżem 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 60 g
II ŚN	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (MLE.)	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)	Kleik ryżowy z jabłkiem 200 g		
Obiad	Grysikowa () 450 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml	Papka ob () -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml	Papka ob () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (bez pieprzu) (Dorsz) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku (bez cukru) () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml Sos jarzynowy (bez pieprzu) () 100 ml (GLU PSZ, SEL.)	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet z ryby (bez pieprzu) (Dorsz) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Bukiet jarzyn oprószony z olejem () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy (bez pieprzu) () 100 ml (GLU PSZ, SEL.)	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem gotowane. () 150 g Ryba pieczona (bez pieprzu) (Dorsz) 80 g (RYB.) Warzywa po grecku (bez cukru) () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy (bez pieprzu) () 100 ml (GLU PSZ, SEL.)	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet z ryby (bez pieprzu) (Dorsz) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Bukiet jarzyn oprószony z olejem () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml
PD	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)			Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml				Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)
Kolacja	Woda mineralna niegazowana 250 ml Grysikowa () 450 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z białek, twarogu z koperkiem 90 g (JAJ, MLE.) Mus z brzoskwiń 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z białek, twarogu z koperkiem 80 g (JAJ, MLE.) Mus z brzoskwiń 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z białek, twarogu z koperkiem 80 g (JAJ, MLE.) Mus z brzoskwiń 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 60 g
PN	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt							
	Wartość energetyczna: 997.88 kcal; Białko ogółem: 35.05 g; Tłuszcz: 15.04 g; Kw. tł. nasy.: 3.24 g; Węglowodany ogółem: 184.32 g; W tym cukry: 30.97 g; Błonnik pok.: 8.00 g; Sól: 2.01 g;	Wartość energetyczna: 2064.50 kcal; Białko ogółem: 92.32 g; Tłuszcz: 70.92 g; Kw. tł. nasy.: 19.60 g; Węglowodany ogółem: 272.08 g; W tym cukry: 62.51 g; Błonnik pok.: 20.71 g; Sól: 1.51 g;	Wartość energetyczna: 2027.18 kcal; Białko ogółem: 86.74 g; Tłuszcz: 63.04 g; Kw. tł. nasy.: 19.01 g; Węglowodany ogółem: 285.54 g; W tym cukry: 97.23 g; Błonnik pok.: 19.33 g; Sól: 1.49 g;	Wartość energetyczna: 2070.28 kcal; Białko ogółem: 97.17 g; Tłuszcz: 69.71 g; Kw. tł. nasy.: 21.90 g; Węglowodany ogółem: 271.12 g; W tym cukry: 57.35 g; Błonnik pok.: 21.52 g; Sól: 1.74 g;	Wartość energetyczna: 2493.75 kcal; Białko ogółem: 98.07 g; Tłuszcz: 63.72 g; Kw. tł. nasy.: 27.47 g; Węglowodany ogółem: 393.38 g; W tym cukry: 120.56 g; Błonnik pok.: 24.70 g; Sól: 5.30 g;	Wartość energetyczna: 2514.05 kcal; Białko ogółem: 87.34 g; Tłuszcz: 59.97 g; Kw. tł. nasy.: 21.17 g; Węglowodany ogółem: 418.13 g; W tym cukry: 117.08 g; Błonnik pok.: 25.84 g; Sól: 5.32 g;	Wartość energetyczna: 2456.02 kcal; Białko ogółem: 93.47 g; Tłuszcz: 69.06 g; Kw. tł. nasy.: 28.70 g; Węglowodany ogółem: 374.87 g; W tym cukry: 137.96 g; Błonnik pok.: 22.36 g; Sól: 4.39 g;	Wartość energetyczna: 2041.83 kcal; Białko ogółem: 51.96 g; Tłuszcz: 36.63 g; Kw. tł. nasy.: 13.18 g; Węglowodany ogółem: 387.52 g; W tym cukry: 110.34 g; Błonnik pok.: 22.73 g; Sól: 3.97 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

	KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,niskolakat./mix	KRK- NAR II B Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR II C Papkowata/niskowęglowodanowa/-mix	KRK- NAR III Niskoresztkowa,niskolakotzowa-mielona	KRK- NAR III A Zapieraj./niskoresztk.,niskolakat./-miel.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoł.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona	
2025-02-01 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 makiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Papka śn -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Kawa zbożowa z makiem/p b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Papka śn -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 75 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) 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 krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) Dżem 50 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) Dżem 50 g Kawa zbożowa z makiem/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
		Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	Koktajl bananowy 250 ml (MLE.)		Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Jabłka prażone b/c 100 g	Koktajl bananowy 250 ml (MLE.)	Banan 200 g	Koktajl bananowy 250 ml (MLE.)	Banan 200 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 Galaretko o smaku cytrynowym 150 g	Papka ob () -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretko o smaku cytrynowym 150 g	Papka ob () -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 JECZ.) Potrawka drobiowa (bez pieprzu) () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (bez pieprzu) () 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretko o smaku cytrynowym 150 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.)	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mięso drobiowe mielone w sosie w/ (bez pieprzu) 150 g (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretko o smaku cytrynowym 150 g	Selerowa z ziemniakami () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko z tłuszczem 150 g (GLU JECZ.) Potrawka drobiowa (bez pieprzu) () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (bez pieprzu) () 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretko o smaku cytrynowym 150 g	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mięso drobiowe mielone w sosie w/ (bez pieprzu) 150 g (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
		Galaretko o smaku cytrynowym 150 g Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)			Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (MLE.)				Galaretko o smaku cytrynowym 150 g
	Kolacja	Woda mineralna niegazowana 250 ml Grysikowa () 450 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 75 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem () 70 g (SEL.)	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem () 70 g (SEL.)	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem () 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
		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt							
PN	Wartość energetyczna: 948.23 kcal; Białko ogółem: 37.08 g; Tłuszcz: 14.88 g; Kw. tł. nasy.: 3.08 g; Węglowodany ogółem: 169.38 g; W tym cukry: 4.92 g; Błonnik pok.: 7.18 g; Sól: 1.97 g;	Wartość energetyczna: 2001.05 kcal; Białko ogółem: 94.15 g; Tłuszcz: 72.89 g; Kw. tł. nasy.: 24.85 g; Węglowodany ogółem: 250.09 g; W tym cukry: 39.40 g; Błonnik pok.: 23.95 g; Sól: 1.52 g;	Wartość energetyczna: 2044.53 kcal; Białko ogółem: 91.38 g; Tłuszcz: 66.80 g; Kw. tł. nasy.: 23.11 g; Węglowodany ogółem: 276.98 g; W tym cukry: 76.43 g; Błonnik pok.: 22.75 g; Sól: 1.56 g;	Wartość energetyczna: 2020.30 kcal; Białko ogółem: 102.85 g; Tłuszcz: 68.90 g; Kw. tł. nasy.: 21.99 g; Węglowodany ogółem: 256.74 g; W tym cukry: 38.38 g; Błonnik pok.: 26.69 g; Sól: 1.68 g;	Wartość energetyczna: 2518.38 kcal; Białko ogółem: 100.79 g; Tłuszcz: 76.87 g; Kw. tł. nasy.: 29.82 g; Węglowodany ogółem: 377.93 g; W tym cukry: 103.82 g; Błonnik pok.: 32.95 g; Sól: 6.77 g;	Wartość energetyczna: 2519.29 kcal; Białko ogółem: 92.84 g; Tłuszcz: 70.02 g; Kw. tł. nasy.: 19.46 g; Węglowodany ogółem: 400.41 g; W tym cukry: 116.02 g; Błonnik pok.: 35.12 g; Sól: 5.93 g;	Wartość energetyczna: 2376.86 kcal; Białko ogółem: 87.41 g; Tłuszcz: 79.88 g; Kw. tł. nasy.: 32.47 g; Węglowodany ogółem: 344.30 g; W tym cukry: 112.96 g; Błonnik pok.: 29.05 g; Sól: 5.52 g;	Wartość energetyczna: 2320.28 kcal; Białko ogółem: 69.46 g; Tłuszcz: 55.55 g; Kw. tł. nasy.: 16.32 g; Węglowodany ogółem: 399.06 g; W tym cukry: 131.95 g; Błonnik pok.: 26.50 g; Sól: 3.65 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-02-02 niedziela	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g (MLE b/LAK.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Papka śn -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Papka śn -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Papka śn -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,66 szt (MLE b/LAK.) Dżem 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,5 szt (MLE b/LAK.) Dżem 50 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Dżem 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 60 g
	II SN	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml		Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)			
	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 jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (MLE.)	Papka ob () -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretką jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (MLE.)	Papka ob () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Klopsik wieprzowy (bez pieprzu) 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny (bez pieprzu) () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretką jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (MLE.)	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Klopsik wieprzowy (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny (bez pieprzu) () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretką jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (MLE.)	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem gotowane. () 150 g Klopsik wieprzowy (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny (bez pieprzu) () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretką jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (MLE.)	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Klopsik wieprzowy (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny (bez pieprzu) () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Galaretką jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (MLE.) Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)				Galaretką jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (MLE.)
	Kolacja	Woda mineralna niegazowana 250 ml Grysikowa () 450 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 75 g (MLE.) Mus z brzoskwiń 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Mus z brzoskwiń 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Mus z brzoskwiń 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 60 g
	PN	Przecier owocowy-jabłko 100g 1 g							
	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: 2082.75 kcal; Białko ogółem: 90.55 g; Tłuszcz: 67.52 g; Kw. tł. nasy.: 20.30 g; Węglowodany ogółem: 285.98 g; W tym cukry: 57.61 g; Błonnik pok.: 20.71 g; Sól: 1.45 g;	Wartość energetyczna: 2115.78 kcal; Białko ogółem: 87.42 g; Tłuszcz: 61.18 g; Kw. tł. nasy.: 18.56 g; Węglowodany ogółem: 311.26 g; W tym cukry: 94.64 g; Błonnik pok.: 19.53 g; Sól: 1.49 g;	Wartość energetyczna: 2076.28 kcal; Białko ogółem: 97.67 g; Tłuszcz: 70.56 g; Kw. tł. nasy.: 22.45 g; Węglowodany ogółem: 271.27 g; W tym cukry: 50.35 g; Błonnik pok.: 21.52 g; Sól: 1.71 g;	Wartość energetyczna: 2549.97 kcal; Białko ogółem: 95.67 g; Tłuszcz: 68.96 g; Kw. tł. nasy.: 27.60 g; Węglowodany ogółem: 393.71 g; W tym cukry: 107.20 g; Błonnik pok.: 16.93 g; Sól: 5.37 g;	Wartość energetyczna: 2346.91 kcal; Białko ogółem: 78.59 g; Tłuszcz: 56.79 g; Kw. tł. nasy.: 20.20 g; Węglowodany ogółem: 385.42 g; W tym cukry: 102.38 g; Błonnik pok.: 13.37 g; Sól: 4.41 g;	Wartość energetyczna: 2395.76 kcal; Białko ogółem: 87.32 g; Tłuszcz: 69.69 g; Kw. tł. nasy.: 24.16 g; Węglowodany ogółem: 360.36 g; W tym cukry: 116.55 g; Błonnik pok.: 14.17 g; Sól: 4.44 g;	Wartość energetyczna: 2158.83 kcal; Białko ogółem: 56.53 g; Tłuszcz: 47.82 g; Kw. tł. nasy.: 16.49 g; Węglowodany ogółem: 381.07 g; W tym cukry: 106.64 g; Błonnik pok.: 12.83 g; Sól: 3.41 g;	

Oznaczenia alergenów:

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

Oznaczenia wskaźników odż:

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