

Jadłospisy za okres od dnia 2026-01-19 do dnia 2026-01-25 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

	KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Pakowata/niskoresztk.,nisko lakt./mix	KRK- NAR II B Pakowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR II C Pakowata/niskowęglowodan owa/-mix	KRK- NAR III Niskoresztkowa,niskolaktowa-mielona	KRK- NAR III A Zapieraj./niskoresztk.,niskola kt./-miel.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żol.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona
2026-01-19 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 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	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 JĘCZ.)	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 prażonym 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	Papka ob () -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml	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 () 150 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml	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 () 150 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml	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 () 150 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.)		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 (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, 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 (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, 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
		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: 2004.44 kcal; Białko ogółem: 95.73 g; Tłuszcz: 70.94 g; Kw. tł. nasy.: 19.52 g; Węglowodany ogółem: 254.34 g; W tym cukry: 16.46 g; Błonnik pok.: 20.24 g; Sól: 1.47 g;	Wartość energetyczna: 2022.61 kcal; Białko ogółem: 92.16 g; Tłuszcz: 63.83 g; Kw. tł. nasy.: 20.32 g; Węglowodany ogółem: 277.90 g; W tym cukry: 53.49 g; Błonnik pok.: 19.03 g; Sól: 1.53 g;	Wartość energetyczna: 2077.87 kcal; Białko ogółem: 98.85 g; Tłuszcz: 70.64 g; Kw. tł. nasy.: 22.43 g; Węglowodany ogółem: 271.47 g; W tym cukry: 37.35 g; Błonnik pok.: 21.88 g; Sól: 1.70 g;	Wartość energetyczna: 2327.93 kcal; Białko ogółem: 104.63 g; Tłuszcz: 65.68 g; Kw. tł. nasy.: 25.06 g; Węglowodany ogółem: 339.81 g; W tym cukry: 58.72 g; Błonnik pok.: 22.81 g; Sól: 6.78 g;	Wartość energetyczna: 2066.62 kcal; Białko ogółem: 80.09 g; Tłuszcz: 49.05 g; Kw. tł. nasy.: 16.19 g; Węglowodany ogółem: 336.40 g; W tym cukry: 57.72 g; Błonnik pok.: 22.75 g; Sól: 5.79 g;	Wartość energetyczna: 2234.93 kcal; Białko ogółem: 92.97 g; Tłuszcz: 60.87 g; Kw. tł. nasy.: 26.81 g; Węglowodany ogółem: 338.21 g; W tym cukry: 73.88 g; Błonnik pok.: 21.16 g; Sól: 5.67 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-01-19 do dnia 2026-01-25 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

	KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,nisko lakt./mix	KRK- NAR II B Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR II C Papkowata/niskowęglowodan owa/-mix	KRK- NAR III Niskoresztkowa,niskolaktozo wa- mielona	KRK- NAR III A Zapieraj./niskoresztk.,niskola kt./-miel.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoł.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona
2026-01-20 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 JĘCZ.)	Papka śn -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) 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 (GLUPSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE.) Dżem 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	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 JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 60 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml
	II ŚN Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,33 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 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	Papka ob () -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Papka ob () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Klopsik wieprzowy (bez pieprzu) 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny (bez pieprzu) () 100 ml (GLUPSZ.) Sos własny (bez pieprzu) () 100 ml (GLUPSZ.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ziemniaczana () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Klopsik wieprzowy (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny (bez pieprzu) () 100 ml (GLUPSZ.) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150 g (GLUPSZ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JĘCZ.) Klopsik wieprzowy (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny (bez pieprzu) () 100 ml (GLUPSZ.) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150 g (GLUPSZ, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ziemniaczana () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Klopsik wieprzowy (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny (bez pieprzu) () 100 ml (GLUPSZ.) Seler z marchewką gotowany z natką z olejem () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD Kisiel o smaku pomarańczowym z jabłkiem prażonym z/c 200 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml		Kisiel o smaku pomarańczowym z jabłkiem prażonym b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml			Kisiel o smaku pomarańczowym z jabłkiem prażonym z/c 150 ml
	Kolacja Woda mineralna niegazowana 250 ml Grysikowa () 450 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Galaretką drobiowa z udźcem z kurczaka () 100 g (SEL.) Pasta warzywna (bez pieprzu) () 70 g (SEL.)	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Galaretką drobiowa z udźcem z kurczaka () 100 g (SEL.) Pasta warzywna (bez pieprzu) () 70 g (SEL.)	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Galaretką drobiowa z udźcem z kurczaka () 100 g (SEL.) Pasta warzywna (bez pieprzu) () 70 g (SEL.)	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 60 g
	Wartość energetyczna: 898.40 kcal; Białko ogółem: 34.16 g; Tłuszcz: 14.01 g; Kw. tł. nasy.: 5.27 g; Węglowodany ogółem: 162.64 g; W tym cukry: 18.22 g; Błonnik pok.: 7.98 g; Sól: 1.86 g;	Wartość energetyczna: 2060.39 kcal; Białko ogółem: 92.84 g; Tłuszcz: 70.60 g; Kw. tł. nasy.: 22.27 g; Węglowodany ogółem: 273.86 g; W tym cukry: 42.42 g; Błonnik pok.: 23.39 g; Sól: 1.42 g;	Wartość energetyczna: 2074.27 kcal; Białko ogółem: 91.18 g; Tłuszcz: 62.03 g; Kw. tł. nasy.: 18.49 g; Węglowodany ogółem: 297.79 g; W tym cukry: 79.46 g; Błonnik pok.: 22.23 g; Sól: 1.43 g;	Wartość energetyczna: 2060.89 kcal; Białko ogółem: 106.80 g; Tłuszcz: 69.92 g; Kw. tł. nasy.: 20.44 g; Węglowodany ogółem: 261.84 g; W tym cukry: 24.52 g; Błonnik pok.: 24.18 g; Sól: 1.54 g;	Wartość energetyczna: 2424.13 kcal; Białko ogółem: 87.47 g; Tłuszcz: 70.58 g; Kw. tł. nasy.: 28.36 g; Węglowodany ogółem: 373.85 g; W tym cukry: 101.15 g; Błonnik pok.: 28.85 g; Sól: 4.96 g;	Wartość energetyczna: 2347.68 kcal; Białko ogółem: 76.21 g; Tłuszcz: 53.30 g; Kw. tł. nasy.: 18.79 g; Węglowodany ogółem: 405.87 g; W tym cukry: 96.51 g; Błonnik pok.: 30.57 g; Sól: 4.51 g;	Wartość energetyczna: 2222.02 kcal; Białko ogółem: 75.34 g; Tłuszcz: 64.41 g; Kw. tł. nasy.: 26.07 g; Węglowodany ogółem: 348.39 g; W tym cukry: 112.66 g; Błonnik pok.: 26.95 g; Sól: 4.38 g;	Wartość energetyczna: 2187.13 kcal; Białko ogółem: 55.71 g; Tłuszcz: 44.31 g; Kw. tł. nasy.: 16.35 g; Węglowodany ogółem: 403.74 g; W tym cukry: 103.54 g; Błonnik pok.: 24.67 g; Sól: 3.49 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-01-19 do dnia 2026-01-25 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

		KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,nisko lakt./mix	KRK- NAR II B Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR II C Papkowata/niskowęglowodan owa/-mix	KRK- NAR III Niskoresztkowa,niskolaktozo wa- mielona	KRK- NAR III A Zapieraj./niskoresztk.,niskola kt./-miel.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoł.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona	
2026-01-21 środa	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g (<u>MLE</u> <u>b/LAK.</u>)	Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka śn -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT,</u> <u>GLU JĘCZ.</u>)	Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU</u> <u>ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 75 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u> <u>może zawierać: MLE, SEL,</u> <u>GOR.</u>) Dżem 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u> <u>może zawierać: MLE, SEL,</u> <u>GOR.</u>) Dżem 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Platki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u> <u>może zawierać: MLE, SEL,</u> <u>GOR.</u>) Dżem 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT,</u> <u>GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	
	II ŚN	Kasza manna z jabłkiem prażonym (bez laktozy) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE b/LAK.</u>)					Kasza manna z jabłkiem prażonym (bez laktozy) 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE b/LAK.</u>)		Jabłko pieczone 150 g	Kasza manna z jabłkiem prażonym (bez laktozy) 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE b/LAK.</u>)
	Obiad	Grysikowa () 450 ml (<u>GLU</u> <u>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	Papka ob () -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Papka ob () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem ()-dieta b/brokula i kalafiora 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u> <u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy (bez pieprzu) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew oprószana z olejem () 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem ()-dieta b/brokula i kalafiora 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u> <u>SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew oprószana z olejem () 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (<u>GLU PSZ,</u> <u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 150 g Pulpet drobiowy (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew oprószana z olejem () 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem ()-dieta b/brokula i kalafiora 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u> <u>SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew oprószana z olejem () 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem prażonym z/c 200 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml		Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem prażonym b/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml			Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem prażonym z/c 150 ml	
	Kolacja	Woda mineralna niegazowana 250 ml Grysikowa () 450 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ, SEL.</u>) 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 (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,</u> <u>SEL.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,</u> <u>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,</u> <u>SEL.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 75 g (<u>MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) 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 (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g	
		Wartość energetyczna: 1006.05 kcal; Białko ogółem: 31.83 g; Tłuszcz: 11.00 g; Kw. tł. nasy.: 3.41 g; Węglowodany ogółem: 200.04 g; W tym cukry: 40.26 g; Błonnik pok.: 8.77 g; Sól: 1.90 g;	Wartość energetyczna: 2197.01 kcal; Białko ogółem: 94.76 g; Tłuszcz: 69.60 g; Kw. tł. nasy.: 19.85 g; Węglowodany ogółem: 307.76 g; W tym cukry: 51.23 g; Błonnik pok.: 21.41 g; Sól: 1.40 g;	Wartość energetyczna: 2083.52 kcal; Białko ogółem: 86.97 g; Tłuszcz: 60.66 g; Kw. tł. nasy.: 18.10 g; Węglowodany ogółem: 307.62 g; W tym cukry: 88.32 g; Błonnik pok.: 20.25 g; Sól: 1.43 g;	Wartość energetyczna: 2228.29 kcal; Białko ogółem: 100.21 g; Tłuszcz: 69.89 g; Kw. tł. nasy.: 20.05 g; Węglowodany ogółem: 309.94 g; W tym cukry: 46.07 g; Błonnik pok.: 22.23 g; Sól: 1.56 g;	Wartość energetyczna: 2309.01 kcal; Białko ogółem: 87.26 g; Tłuszcz: 56.23 g; Kw. tł. nasy.: 22.83 g; Węglowodany ogółem: 379.93 g; W tym cukry: 131.74 g; Błonnik pok.: 24.81 g; Sól: 7.17 g;	Wartość energetyczna: 2179.17 kcal; Białko ogółem: 73.00 g; Tłuszcz: 46.33 g; Kw. tł. nasy.: 16.57 g; Węglowodany ogółem: 381.53 g; W tym cukry: 130.94 g; Błonnik pok.: 22.04 g; Sól: 5.68 g;	Wartość energetyczna: 2243.08 kcal; Białko ogółem: 79.42 g; Tłuszcz: 58.34 g; Kw. tł. nasy.: 24.42 g; Węglowodany ogółem: 364.66 g; W tym cukry: 153.62 g; Błonnik pok.: 24.62 g; Sól: 5.75 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 2026-01-19 do dnia 2026-01-25 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

		KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,nisko lakt./mix	KRK- NAR II B Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR II C Papkowata/niskowęglowodan owa/-mix	KRK- NAR III Niskoresztkowa,niskolaktozo wa- mielona	KRK- NAR III A Zapieraj./niskoresztk.,niskola kt./-miel.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoł.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona
2026-01-22 czwartek	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g (<u>MLE b/LAK.</u>)	Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka śn -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,66 szt (<u>MLE b/LAK.</u>) Mus z ananasa 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,5 szt (<u>MLE b/LAK.</u>) Mus z ananasa 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Mus z ananasa 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g
	II ŚN	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Jabłko pieczone 150 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	Papka ob () -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Papka ob () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem (bez pieprzu) * 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 350 g (<u>SEL.</u>) Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 350 g (<u>SEL.</u>) Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem prażonym z/c 200 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Galaretka o smaku cytrynowym 150 g	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem prażonym b/c 150 ml	Galaretka o smaku cytrynowym 150 g	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 150 ml	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem prażonym 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	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 z/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 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 z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szyńka pieczona, łopatka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 75 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szyńka pieczona, łopatka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szyńka pieczona, łopatka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g	
		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: 2004.44 kcal; Białko ogółem: 95.73 g; Tłuszcz: 70.94 g; Kw. tł. nasy.: 19.52 g; Węglowodany ogółem: 254.34 g; W tym cukry: 16.46 g; Błonnik pok.: 20.24 g; Sól: 1.47 g;	Wartość energetyczna: 2022.61 kcal; Białko ogółem: 92.16 g; Tłuszcz: 63.83 g; Kw. tł. nasy.: 20.32 g; Węglowodany ogółem: 277.90 g; W tym cukry: 53.49 g; Błonnik pok.: 19.03 g; Sól: 1.53 g;	Wartość energetyczna: 2036.32 kcal; Białko ogółem: 98.50 g; Tłuszcz: 69.85 g; Kw. tł. nasy.: 21.94 g; Węglowodany ogółem: 262.47 g; W tym cukry: 34.17 g; Błonnik pok.: 21.68 g; Sól: 1.73 g;	Wartość energetyczna: 2491.74 kcal; Białko ogółem: 94.34 g; Tłuszcz: 79.09 g; Kw. tł. nasy.: 30.22 g; Węglowodany ogółem: 368.85 g; W tym cukry: 61.58 g; Błonnik pok.: 26.71 g; Sól: 6.43 g;	Wartość energetyczna: 2346.94 kcal; Białko ogółem: 84.34 g; Tłuszcz: 65.85 g; Kw. tł. nasy.: 23.11 g; Węglowodany ogółem: 366.70 g; W tym cukry: 59.33 g; Błonnik pok.: 22.22 g; Sól: 5.42 g;	Wartość energetyczna: 2193.30 kcal; Białko ogółem: 80.18 g; Tłuszcz: 65.53 g; Kw. tł. nasy.: 24.15 g; Węglowodany ogółem: 335.89 g; W tym cukry: 105.36 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 4.95 g;	Wartość energetyczna: 2044.74 kcal; Białko ogółem: 54.15 g; Tłuszcz: 42.39 g; Kw. tł. nasy.: 15.68 g; Węglowodany ogółem: 371.49 g; W tym cukry: 109.77 g; Błonnik pok.: 19.57 g; Sól: 3.18 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-01-19 do dnia 2026-01-25 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

		KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,nisko lakt./mix	KRK- NAR II B Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR II C Papkowata/niskowęglowodan owa/-mix	KRK- NAR III Niskoresztkowa,niskolaktozo wa- mielona	KRK- NAR III A Zapieraj./niskoresztk.,niskola kt./-miel.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żół.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona
2026-01-23 piątek	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g (<u>MLE</u> <u>b/LAK.</u>)	Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka śn -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT,</u> <u>GLU JĘCZ.</u>) Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT,</u> <u>GLU JĘCZ.</u>) Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtusty b/laktozy 90 g (<u>MLE b/LAK.</u>) Dżem 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtusty b/laktozy 60 g (<u>MLE b/LAK.</u>) Dżem 50 g	Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT,</u> <u>GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g
	II ŚN	Kisiel o smaku pomarańczowym z jabłkiem prażonym z/c 150 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Kisiel o smaku pomarańczowym z jabłkiem prażonym z/c 200 ml	Kisiel o smaku pomarańczowym z jabłkiem prażonym b/c 200 ml	Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE,</u> <u>może zawierać: GLU PSZ,</u> <u>JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku pomarańczowym z jabłkiem prażonym z/c 150 ml Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU</u> <u>PSZ, JAJ.</u>)	Kisiel o smaku pomarańczowym z jabłkiem prażonym z/c 150 ml	Kisiel o smaku pomarańczowym z jabłkiem prażonym z/c 150 ml Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU</u> <u>PSZ, JAJ.</u>)	
	Obiad	Grysikowa () 450 ml (<u>GLU</u> <u>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	Papka ob () -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Papka ob () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u> <u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Dorsz) 100 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy (bez pieprzu) () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u> <u>SEL.</u>) Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 150 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u> <u>SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Dorsz) 80 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy (bez pieprzu) () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u> <u>SEL.</u>) Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 150 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u> <u>SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 150 g Pieczeń z ryby mielonej (Dorsz) 80 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy (bez pieprzu) () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u> <u>SEL.</u>) Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 150 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u> <u>SEL.</u>) Ziemniaki na sypko 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Dorsz) 80 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy (bez pieprzu) () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u> <u>SEL.</u>) Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 150 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Galaretką jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (<u>MLE.</u>) Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Galaretką jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (<u>MLE.</u>)	Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Jabłka prażone b/c 100 g	Galaretką jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (<u>MLE.</u>)			Banan 200 g	
	Kolacja	Woda mineralna niegazowana 250 ml Grysikowa () 450 ml (<u>GLU</u> <u>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,</u> <u>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,</u> <u>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,</u> <u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z białek, twarogu z natką pietruszki 90 g (<u>JAJ,</u> <u>MLE.</u>) Jabłka prażone b/c 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z białek, twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>JAJ,</u> <u>MLE.</u>) Jabłka prażone b/c 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z białek, twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>JAJ,</u> <u>MLE.</u>) Jabłka prażone b/c 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g
			Wartość energetyczna: 1042.37 kcal; Białko ogółem: 39.30 g; Tłuszcz: 16.00 g; Kw. tł. nasy.: 3.80 g; Węglowodany ogółem: 188.40 g; W tym cukry: 17.00 g; Błonnik pok.: 7.78 g; Sól: 2.05 g;	Wartość energetyczna: 2022.46 kcal; Białko ogółem: 91.69 g; Tłuszcz: 67.60 g; Kw. tł. nasy.: 20.28 g; Węglowodany ogółem: 270.72 g; W tym cukry: 31.87 g; Błonnik pok.: 21.04 g; Sól: 1.40 g;	Wartość energetyczna: 2048.13 kcal; Białko ogółem: 88.42 g; Tłuszcz: 61.24 g; Kw. tł. nasy.: 18.53 g; Węglowodany ogółem: 294.27 g; W tym cukry: 68.90 g; Błonnik pok.: 19.83 g; Sól: 1.44 g;	Wartość energetyczna: 2040.16 kcal; Białko ogółem: 100.35 g; Tłuszcz: 68.68 g; Kw. tł. nasy.: 20.43 g; Węglowodany ogółem: 266.17 g; W tym cukry: 24.61 g; Błonnik pok.: 24.60 g; Sól: 1.51 g;	Wartość energetyczna: 2396.78 kcal; Białko ogółem: 103.93 g; Tłuszcz: 68.37 g; Kw. tł. nasy.: 30.11 g; Węglowodany ogółem: 351.93 g; W tym cukry: 72.10 g; Błonnik pok.: 23.07 g; Sól: 6.09 g;	Wartość energetyczna: 2236.06 kcal; Białko ogółem: 82.87 g; Tłuszcz: 53.12 g; Kw. tł. nasy.: 19.37 g; Węglowodany ogółem: 365.13 g; W tym cukry: 79.01 g; Błonnik pok.: 19.94 g; Sól: 4.18 g;	Wartość energetyczna: 2204.35 kcal; Białko ogółem: 88.53 g; Tłuszcz: 61.84 g; Kw. tł. nasy.: 27.44 g; Węglowodany ogółem: 332.60 g; W tym cukry: 97.83 g; Błonnik pok.: 20.70 g; Sól: 4.33 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-01-19 do dnia 2026-01-25 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

	KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,nisko lakt./mix	KRK- NAR II B Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR II C Papkowata/niskowęglowodan owa/-mix	KRK- NAR III Niskoresztkowa,niskolaktozo wa- mielona	KRK- NAR III A Zapieraj./niskoresztk.,niskola kt./-miel.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoł.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona
2026-01-24 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.) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) 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.) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 80 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem () (bez pieprzu) 70 g (SEL.)	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.) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 80 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) 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.) 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 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	Papka ob () -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml	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 () 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Koperkowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Mięso wieprzowe mielone w sosie wł (bez pieprzu) 150 g (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	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 () 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Koperkowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Mięso wieprzowe mielone w sosie wł (bez pieprzu) 150 g (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	Koktajl bananowy 300 ml (MLE.)	Koktajl bananowy 250 ml (MLE.)	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE.)	Koktajl bananowy 250 ml (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, 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.) Dżem 50 g Szynka pieczona, łopatka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 75 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.)	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 50 g Szynka pieczona, łopatka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.)	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Dżem 50 g Szynka pieczona, łopatka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.)	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 60 g
	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: 2034.19 kcal; Białko ogółem: 95.87 g; Tłuszcz: 69.16 g; Kw. tł. nasy.: 22.58 g; Węglowodany ogółem: 266.97 g; W tym cukry: 47.59 g; Błonnik pok.: 21.71 g; Sól: 1.66 g;	Wartość energetyczna: 2031.69 kcal; Białko ogółem: 91.29 g; Tłuszcz: 62.19 g; Kw. tł. nasy.: 20.32 g; Węglowodany ogółem: 286.02 g; W tym cukry: 79.43 g; Błonnik pok.: 20.28 g; Sól: 1.64 g;	Wartość energetyczna: 2054.02 kcal; Białko ogółem: 101.71 g; Tłuszcz: 72.04 g; Kw. tł. nasy.: 24.67 g; Węglowodany ogółem: 259.86 g; W tym cukry: 42.96 g; Błonnik pok.: 21.35 g; Sól: 1.88 g;	Wartość energetyczna: 2461.00 kcal; Białko ogółem: 101.20 g; Tłuszcz: 77.70 g; Kw. tł. nasy.: 30.47 g; Węglowodany ogółem: 353.03 g; W tym cukry: 103.58 g; Błonnik pok.: 28.86 g; Sól: 6.43 g;	Wartość energetyczna: 2488.72 kcal; Białko ogółem: 85.98 g; Tłuszcz: 77.55 g; Kw. tł. nasy.: 22.71 g; Węglowodany ogółem: 370.97 g; W tym cukry: 114.29 g; Błonnik pok.: 30.37 g; Sól: 6.12 g;	Wartość energetyczna: 2277.85 kcal; Białko ogółem: 85.98 g; Tłuszcz: 70.06 g; Kw. tł. nasy.: 26.99 g; Węglowodany ogółem: 338.85 g; W tym cukry: 125.99 g; Błonnik pok.: 22.47 g; Sól: 5.07 g;	Wartość energetyczna: 2256.73 kcal; Białko ogółem: 71.99 g; Tłuszcz: 56.77 g; Kw. tł. nasy.: 19.36 g; Węglowodany ogółem: 376.32 g; W tym cukry: 130.35 g; Błonnik pok.: 23.62 g; Sól: 4.13 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-01-19 do dnia 2026-01-25 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

		KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,nisko lakt./mix	KRK- NAR II B Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR II C Papkowata/niskowęglowodan owa/-mix	KRK- NAR III Niskoresztkowa,niskolaktozo wa- mielona	KRK- NAR III A Zapieraj./niskoresztk.,niskola kt./-miel.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoł.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona
2026-01-25 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.) Twardóg 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.) Twardóg półtusty b/laktozy 60 g (MLE b/LAK.) Dżem 50 g	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT. GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 60 g (MLE.) Dżem 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 60 g
	II ŚN	Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,66 szt (MLE b/LAK.)	Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,66 szt (MLE b/LAK.) Jabłka prażone b/c 100 g	Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Jabłka prażone b/c 100 g		Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.) Jabłka prażone b/c 50 g		Jabłko pieczone 150 g	Mus z jabłek () z/c 100 g Biszkopty b/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	Papka ob () -NAR 450 ml (GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Papka ob () -NAR 500 ml (GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ. SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa (bez pieprzu) () 150 g (GLU PSZ. SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ. SEL.) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa (bez pieprzu) () 150 g (GLU PSZ. SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ. SEL.) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 150 g Potrawka drobiowa (bez pieprzu) () 150 g (GLU PSZ. SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ. SEL.) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa (bez pieprzu) () 150 g (GLU PSZ. SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem prażonym z/c 200 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml		Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem prażonym b/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem prażonym z/c 150 ml Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ. JAJ.)		Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem prażonym z/c 150 ml	
	Kolacja	Woda mineralna niegazowana 250 ml Grysikowa () 450 ml (GLU PSZ. SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 450 ml (GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 75 g (GLU PSZ. SOJ. może zawierać: JAJ. MLE. SEL. GOR. S02.) Mus z brzoskwiń 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 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.) Mus z brzoskwiń 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ. SOJ. może zawierać: JAJ. MLE. SEL. GOR. S02.) Mus z brzoskwiń 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 60 g
		Wartość energetyczna: 1020.17 kcal; Białko ogółem: 39.64 g; Tłuszcz: 17.47 g; Kw. tł. nasy.: 7.30 g; Węglowodany ogółem: 179.83 g; W tym cukry: 30.97 g; Błonnik pok.: 8.00 g; Sól: 1.95 g;	Wartość energetyczna: 2145.05 kcal; Białko ogółem: 98.84 g; Tłuszcz: 74.08 g; Kw. tł. nasy.: 24.29 g; Węglowodany ogółem: 281.42 g; W tym cukry: 42.51 g; Błonnik pok.: 23.81 g; Sól: 1.47 g;	Wartość energetyczna: 2096.43 kcal; Białko ogółem: 91.67 g; Tłuszcz: 62.04 g; Kw. tł. nasy.: 18.48 g; Węglowodany ogółem: 303.01 g; W tym cukry: 79.54 g; Błonnik pok.: 22.61 g; Sól: 1.42 g;	Wartość energetyczna: 2102.04 kcal; Białko ogółem: 100.39 g; Tłuszcz: 68.68 g; Kw. tł. nasy.: 20.43 g; Węglowodany ogółem: 281.64 g; W tym cukry: 37.35 g; Błonnik pok.: 24.63 g; Sól: 1.55 g;	Wartość energetyczna: 2327.01 kcal; Białko ogółem: 95.88 g; Tłuszcz: 60.63 g; Kw. tł. nasy.: 24.24 g; Węglowodany ogółem: 362.06 g; W tym cukry: 94.27 g; Błonnik pok.: 25.47 g; Sól: 6.10 g;	Wartość energetyczna: 2172.33 kcal; Białko ogółem: 78.95 g; Tłuszcz: 49.58 g; Kw. tł. nasy.: 16.75 g; Węglowodany ogółem: 363.48 g; W tym cukry: 93.13 g; Błonnik pok.: 22.28 g; Sól: 5.05 g;	Wartość energetyczna: 2134.32 kcal; Białko ogółem: 84.07 g; Tłuszcz: 57.21 g; Kw. tł. nasy.: 25.51 g; Węglowodany ogółem: 332.81 g; W tym cukry: 127.18 g; Błonnik pok.: 24.98 g; Sól: 5.11 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;

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,