

Jadłospisy za okres od dnia 2026-01-19 do dnia 2026-02-01 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 zół.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 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 (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	Galaretka o smaku cytrynowym 150 g Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	Galaretka o smaku cytrynowym 150 g		Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem prażonym b/c 200 ml	Galaretka o smaku cytrynowym 150 g Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,33 szt (MLE b/LAK.)	Galaretka 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 bazylowy (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 bazylowy (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 bazylowy (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 bazylowy (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 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 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 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;	Wartość energetyczna: 2051.36 kcal; Białko ogółem: 54.13 g; Tłuszcz: 39.25 g; Kw. tł. nasy.: 14.29 g; Węglowodany ogółem: 380.72 g; W tym cukry: 93.68 g; Błonnik pok.: 23.01 g; Sól: 3.94 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-01-19 do dnia 2026-02-01 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
2026-01-20 wtorek	Śniadanie	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>) 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 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>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 90 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</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 SN	Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,33 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,33 szt (<u>MLE b/LAK.</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g	Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g	Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g	Mus z jabłek () z/c 100 g Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,33 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Mus z jabłek () z/c 150 g	Mus z jabłek () z/c 100 g Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)
	Obiad	Grysiwka () 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	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	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Klopsik wieprzowy (bez pieprzu) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny (bez pieprzu) () 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Klopsik wieprzowy (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny (bez pieprzu) () 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JECZ.</u>) Klopsik wieprzowy (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny (bez pieprzu) () 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g 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 (<u>MLE b/LAK.</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml	Kisiel o smaku pomarańczowym z jabłkiem prażonym b/c 200 ml	Kisiel o smaku pomarańczowym z jabłkiem z/c 150 ml	Kisiel o smaku pomarańczowym z jabłkiem z/c 150 ml	Kisiel o smaku pomarańczowym z jabłkiem z/c 150 ml	Kisiel o smaku pomarańczowym z jabłkiem z/c 150 ml
	Kolacja	Woda mineralna niegazowana 250 ml Grysiwka () 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Galaretk drobiowa z udzciem z kurczaka () 100 g (<u>SEL.</u>) Pasta warzywna (bez pieprzu) () 70 g (<u>SEL.</u>)	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Galaretk drobiowa z udzciem z kurczaka () 100 g (<u>SEL.</u>) Pasta warzywna (bez pieprzu) () 70 g (<u>SEL.</u>)	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Galaretk drobiowa z udzciem z kurczaka () 100 g (<u>SEL.</u>) 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.: 18.35 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 2026-02-01 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	
2026-01-21 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 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 (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.) 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, łopatką 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	Platki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) 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.) Dżem 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	
	II ŚN	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	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	Jarzynowa z makaronem () -dieta b/brokula i kalafiora 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy (bez pieprzu) 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew oprószana z olejem () 150 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem () -dieta b/brokula i kalafiora 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew oprószana z olejem () 150 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 300 ml	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 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew oprószana z olejem () 150 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem () -dieta b/brokula i kalafiora 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew oprószana z olejem () 150 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	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 z/c 150 ml		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	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
	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 2026-02-01 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	
2026-01-22 czwartek	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 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.) Papka śn -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Mus z ananasa 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 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 Herbata czarna ekspresowa z cytryną 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 JĘCZ.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 60 g
	II ŚN	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	Jogurt naturalny 2,5% 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	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	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU JĘCZ.) Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem (bez pieprzu) * 150 g Kompot owocowy* z/c 300 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 * 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU JĘCZ.) Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy* z/c 300 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.) 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 (MLE b/LAK.)	Galaretko o smaku cytrynowym 150 g	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem prażonym b/c 150 ml	Galaretko o smaku cytrynowym 150 g	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 150 ml	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 (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.) 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.) 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% 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.) 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, łopatka 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	
	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: 91.76 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 2026-02-01 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 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 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 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>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtusty b/laktozy 90 g (<u>MLE b/LAK.</u>) Dżem 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtusty b/laktozy 60 g (<u>MLE b/LAK.</u>) Dżem 50 g	Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g	
	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, może zawierać: GLU PSZ, 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 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 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	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Dorsz) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy (bez pieprzu) () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Dorsz) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy (bez pieprzu) () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 150 g Pieczeń z ryby mielonej (Dorsz) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy (bez pieprzu) () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Dorsz) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy (bez pieprzu) () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (<u>MLE.</u>) Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (<u>MLE.</u>)		Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Jabłka prażone b/c 100 g	Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (<u>MLE.</u>)		Banan 200 g	
	Kolacja	Woda mineralna niegazowana 250 ml Grysikowa () 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z białek, twarogu z natką pietruszki 90 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Jabłka prażone b/c 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z białek, twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Jabłka prażone b/c 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z białek, twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Jabłka prażone b/c 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g
	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;	Wartość energetyczna: 2155.07 kcal; Białko ogółem: 55.71 g; Tłuszcz: 41.07 g; Kw. tł. nasy.: 13.69 g; Węglowodany ogółem: 401.30 g; W tym cukry: 139.96 g; Błonnik pok.: 22.50 g; Sól: 3.68 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-01-19 do dnia 2026-02-01 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	
2026-01-24 sobota	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g (<u>MLE b/LAK.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Papka śn -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z młkiem/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 młkiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, 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>) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem () (bez pieprzu) 70 g (<u>SEL.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem () (bez pieprzu) 70 g (<u>SEL.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g	
	II ŚN	Galaretką o smaku cytrynowym 150 g Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Galaretką o smaku cytrynowym 150 g		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Galaretką o smaku cytrynowym 150 g Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,33 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Galaretką o smaku cytrynowym 150 g		
	Obiad	Grysiówka () 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	Koperkowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta (bez pieprzu) 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Koperkowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Mięso wieprzowe mielone w sosie wł (bez pieprzu) 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Koperkowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 150 g Gulasz wieprzowy- dieta (bez pieprzu) 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Koperkowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Mięso wieprzowe mielone w sosie wł (bez pieprzu) 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Koktajl bananowy 300 ml (<u>MLE.</u>)	Koktajl bananowy 250 ml (<u>MLE.</u>)	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Koktajl bananowy 250 ml (<u>MLE.</u>)	Banan 200 g		
	Kolacja	Woda mineralna niegazowana 250 ml Grysiówka () 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g Szynka pieczona, łopatka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 75 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>)	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g Szynka pieczona, łopatka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>)	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g Szynka pieczona, łopatka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>)	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g
	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.: 22.86 g; Sól: 6.43 g;	Wartość energetyczna: 2488.72 kcal; Białko ogółem: 94.01 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 2026-02-01 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	
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 makiem/p 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 (GLUPSZ.) 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 (GLUPSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twaróg półtusty b/laktozy 60 g (MLE b/LAK.) Dżem 50 g	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE.) Kawa zbożowa z makiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLUPSZ.) 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 (GLUPSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 60 g	
	II SN	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 (GLUPSZ, 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 (GLUPSZ, 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 (GLUPSZ, 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 (GLUPSZ, 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 (GLUPSZ, 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 (GLUPSZ, 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.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 75 g (GLUPSZ, 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 (GLUPSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLUPSZ, 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 (GLUPSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLUPSZ, 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 (GLUPSZ.) 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;									

Jadłospisy za okres od dnia 2026-01-19 do dnia 2026-02-01 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 dziecieńca- mielona
2026-01-26 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.)	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 (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, 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 Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Dżem 50 g	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) 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 prażonym z/c 150 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	Koktajl bananowy (z mlekiem bez laktozy) 250 ml (MLE, MLE b/LAK.)	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem prażonym b/c 150 ml	Koktajl bananowy (z mlekiem bez laktozy) 250 ml (MLE, MLE b/LAK.)	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem prażonym z/c 150 ml	Koktajl bananowy (z mlekiem bez laktozy) 250 ml (MLE, MLE b/LAK.)	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem prażonym 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	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	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 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 Kompot owocowy* z/c 300 ml	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
	PD	Galaretko o smaku pomarańczowym 150 g Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	Galaretko o smaku pomarańczowym 150 g		Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (MLE.)	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 0.66 szt (MLE b/LAK.) Galaretko o smaku pomarańczowym z owocami 150 g		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
		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: 1970.94 kcal; Białko ogółem: 93.13 g; Tłuszcz: 67.75 g; Kw. tł. nasy.: 21.85 g; Węglowodany ogółem: 256.98 g; W tym cukry: 35.61 g; Błonnik pok.: 21.34 g; Sól: 1.52 g;	Wartość energetyczna: 2007.06 kcal; Białko ogółem: 90.22 g; Tłuszcz: 61.64 g; Kw. tł. nasy.: 20.10 g; Węglowodany ogółem: 282.15 g; W tym cukry: 72.64 g; Błonnik pok.: 20.11 g; Sól: 1.56 g;	Wartość energetyczna: 1990.97 kcal; Białko ogółem: 94.20 g; Tłuszcz: 67.41 g; Kw. tł. nasy.: 21.64 g; Węglowodany ogółem: 262.47 g; W tym cukry: 47.94 g; Błonnik pok.: 21.96 g; Sól: 1.69 g;	Wartość energetyczna: 2339.00 kcal; Białko ogółem: 80.35 g; Tłuszcz: 52.45 g; Kw. tł. nasy.: 25.19 g; Węglowodany ogółem: 394.57 g; W tym cukry: 100.54 g; Błonnik pok.: 17.84 g; Sól: 4.53 g;	Wartość energetyczna: 2077.65 kcal; Białko ogółem: 55.91 g; Tłuszcz: 35.65 g; Kw. tł. nasy.: 16.23 g; Węglowodany ogółem: 391.66 g; W tym cukry: 97.19 g; Błonnik pok.: 17.58 g; Sól: 3.75 g;	Wartość energetyczna: 2275.73 kcal; Białko ogółem: 73.74 g; Tłuszcz: 56.30 g; Kw. tł. nasy.: 28.12 g; Węglowodany ogółem: 376.01 g; W tym cukry: 119.90 g; Błonnik pok.: 16.66 g; Sól: 3.92 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 2026-01-19 do dnia 2026-02-01 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 żół.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona	
2026-01-27 wtorek	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g (<u>MLE b/LAK.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Papka śn -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z młkiem/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 młkiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, 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>) Pasta warzywna () (bez pieprzu) 70 g (<u>SEL.</u>) Filet zapiekany drobiowy 75 g (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Pasta warzywna () (bez pieprzu) 70 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z młkiem/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 SN	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem prażonym z/c 150 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem prażonym 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	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem prażonym z/c 150 ml Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem prażonym z/c 150 ml	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem prażonym z/c 150 ml Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	
	Obiad	Gryskowa () 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	Solferino () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń ryżyska wieprzowa (bez pieprzu) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy (bez pieprzu) () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń ryżyska wieprzowa (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy (bez pieprzu) () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z olejem () 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Solferino () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 150 g Pieczeń ryżyska wieprzowa (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy (bez pieprzu) () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń ryżyska wieprzowa (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy (bez pieprzu) () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Banan 200 g	
Kolacja	Woda mineralna niegazowana 250 ml Gryskowa () 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ryba (dorsz) po grecku (bez pieprzu) () 100 g (<u>RYB, SEL.</u>) Banan 100 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynga pieczona, łopataka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Banan 100 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ryba (dorsz) po grecku (bez pieprzu) () 100 g (<u>RYB, SEL.</u>) Banan 100 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g	
	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: 2054.09 kcal; Białko ogółem: 93.70 g; Tłuszcz: 71.10 g; Kw. tł. nasy.: 19.68 g; Węglowodany ogółem: 269.28 g; W tym cukry: 42.51 g; Błonnik pok.: 21.07 g; Sól: 1.51 g;	Wartość energetyczna: 2072.26 kcal; Białko ogółem: 90.13 g; Tłuszcz: 63.99 g; Kw. tł. nasy.: 20.48 g; Węglowodany ogółem: 292.84 g; W tym cukry: 79.54 g; Błonnik pok.: 19.86 g; Sól: 1.57 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: 2351.30 kcal; Białko ogółem: 101.95 g; Tłuszcz: 54.89 g; Kw. tł. nasy.: 22.53 g; Węglowodany ogółem: 376.95 g; W tym cukry: 102.79 g; Błonnik pok.: 29.33 g; Sól: 5.91 g;	Wartość energetyczna: 2194.42 kcal; Białko ogółem: 82.45 g; Tłuszcz: 49.96 g; Kw. tł. nasy.: 17.01 g; Węglowodany ogółem: 369.40 g; W tym cukry: 92.21 g; Błonnik pok.: 27.39 g; Sól: 6.40 g;	Wartość energetyczna: 2163.65 kcal; Białko ogółem: 92.78 g; Tłuszcz: 53.55 g; Kw. tł. nasy.: 25.27 g; Węglowodany ogółem: 340.46 g; W tym cukry: 112.11 g; Błonnik pok.: 26.02 g; Sól: 5.04 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 2026-01-19 do dnia 2026-02-01 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	
2026-01-28 środa	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g (<u>MLE b/LAK.</u>)	Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Papka śn -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,66 szt (<u>MLE b/LAK.</u>) Dżem 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,5 szt (<u>MLE b/LAK.</u>) Dżem 50 g	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>)	Ryż z jabłkiem prażonym (bez laktozy) 200 g (<u>MLE b/LAK.</u>)			Ryż z jabłkiem prażonym (bez laktozy) 150 g (<u>MLE b/LAK.</u>)		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Grysikowa () 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	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	Grysikowa () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Budyń z udźca kurczaka (bez pieprzu) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos bazyliowy () (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Dynia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Grysikowa () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Budyń z udźca kurczaka (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos bazyliowy () (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Dynia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 150 g Budyń z udźca kurczaka (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos bazyliowy () (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Dynia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Grysikowa () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Budyń z udźca kurczaka (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos bazyliowy () (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Dynia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Galaretki jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (<u>MLE.</u>) Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Galaretki jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (<u>MLE.</u>)			Galaretki jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (<u>MLE.</u>)		Biszkopci b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	
Kolacja	Woda mineralna niegazowana 250 ml Grysikowa () 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 75 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Jabłko pieczone 150 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 150 g Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>)	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 150 g Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>)	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g	
	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: 2081.51 kcal; Białko ogółem: 97.74 g; Tłuszcz: 69.55 g; Kw. tł. nasy.: 21.48 g; Węglowodany ogółem: 275.92 g; W tym cukry: 27.46 g; Błonnik pok.: 20.87 g; Sól: 1.57 g;	Wartość energetyczna: 2107.18 kcal; Białko ogółem: 94.46 g; Tłuszcz: 63.19 g; Kw. tł. nasy.: 19.73 g; Węglowodany ogółem: 299.48 g; W tym cukry: 64.49 g; Błonnik pok.: 19.67 g; Sól: 1.60 g;	Wartość energetyczna: 2153.74 kcal; Białko ogółem: 106.41 g; Tłuszcz: 70.64 g; Kw. tł. nasy.: 21.64 g; Węglowodany ogółem: 285.01 g; W tym cukry: 33.51 g; Błonnik pok.: 24.49 g; Sól: 1.68 g;	Wartość energetyczna: 2248.06 kcal; Białko ogółem: 88.20 g; Tłuszcz: 56.68 g; Kw. tł. nasy.: 27.13 g; Węglowodany ogółem: 362.44 g; W tym cukry: 86.43 g; Błonnik pok.: 20.64 g; Sól: 5.76 g;	Wartość energetyczna: 2121.88 kcal; Białko ogółem: 76.45 g; Tłuszcz: 46.37 g; Kw. tł. nasy.: 19.94 g; Węglowodany ogółem: 361.34 g; W tym cukry: 85.59 g; Błonnik pok.: 17.80 g; Sól: 4.70 g;	Wartość energetyczna: 2154.45 kcal; Białko ogółem: 83.48 g; Tłuszcz: 53.17 g; Kw. tł. nasy.: 24.27 g; Węglowodany ogółem: 348.03 g; W tym cukry: 110.64 g; Błonnik pok.: 21.05 g; Sól: 4.73 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 2026-01-19 do dnia 2026-02-01 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	
2026-01-29 czwartek	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g (<u>MLE b/LAK.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Papka śn -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU 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>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 75 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem (bez pieprzu) () 70 g (<u>SEL.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem (bez pieprzu) () 70 g (<u>SEL.</u>)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem (bez pieprzu) () 70 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU 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 SN	Galaretka o smaku pomarańczowym 150 g Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Koktajl bananowy (z mlekiem bez laktozy) 300 ml (<u>MLE, MLE b/LAK.</u>)	Koktajl bananowy (z mlekiem bez laktozy) 250 ml (<u>MLE, MLE b/LAK.</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml	Koktajl bananowy (z mlekiem bez laktozy) 250 ml (<u>MLE, MLE b/LAK.</u>)	Banan 200 g	Koktajl bananowy (z mlekiem bez laktozy) 250 ml (<u>MLE, MLE b/LAK.</u>)	Banan 200 g
	Obiad	Grysikowa () 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	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	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Zrazik wieprzowy pieczony mielony (bez pieprzu) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy (bez pieprzu) () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Zrazik wieprzowy pieczony mielony (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy (bez pieprzu) () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z tłuszczem 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Zrazik wieprzowy pieczony mielony (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy (bez pieprzu) () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Zrazik wieprzowy pieczony mielony (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy (bez pieprzu) () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
		PD	Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,66 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Mus z jabłek () b/c 100 g Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,33 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Mus z jabłek () z/c 100 g Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Mus z jabłek () z/c 100 g Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,33 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Mus z jabłek () z/c 100 g Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Mus z jabłek () z/c 150 g
	Kolacja	Woda mineralna niegazowana 250 ml Grysikowa () 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 75 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Dżem 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Dżem 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Dżem 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g
	Wartość energetyczna: 970.52 kcal; Białko ogółem: 41.67 g; Tłuszcz: 17.31 g; Kw. tł. nasy.: 7.14 g; Węglowodany ogółem: 164.89 g; W tym cukry: 4.92 g; Błonnik pok.: 7.18 g; Sól: 1.91 g;	Wartość energetyczna: 2153.95 kcal; Białko ogółem: 103.11 g; Tłuszcz: 74.99 g; Kw. tł. nasy.: 24.89 g; Węglowodany ogółem: 277.28 g; W tym cukry: 39.55 g; Błonnik pok.: 24.06 g; Sól: 1.70 g;	Wartość energetyczna: 2149.36 kcal; Białko ogółem: 99.74 g; Tłuszcz: 65.66 g; Kw. tł. nasy.: 20.65 g; Węglowodany ogółem: 299.94 g; W tym cukry: 77.72 g; Błonnik pok.: 22.68 g; Sól: 1.66 g;	Wartość energetyczna: 2054.32 kcal; Białko ogółem: 98.80 g; Tłuszcz: 70.60 g; Kw. tł. nasy.: 22.39 g; Węglowodany ogółem: 265.62 g; W tym cukry: 34.17 g; Błonnik pok.: 21.68 g; Sól: 1.69 g;	Wartość energetyczna: 2558.73 kcal; Białko ogółem: 106.19 g; Tłuszcz: 73.59 g; Kw. tł. nasy.: 30.08 g; Węglowodany ogółem: 382.49 g; W tym cukry: 104.20 g; Błonnik pok.: 28.94 g; Sól: 7.65 g;	Wartość energetyczna: 2399.60 kcal; Białko ogółem: 77.45 g; Tłuszcz: 54.09 g; Kw. tł. nasy.: 18.59 g; Węglowodany ogółem: 416.38 g; W tym cukry: 116.84 g; Błonnik pok.: 30.46 g; Sól: 5.94 g;	Wartość energetyczna: 2349.93 kcal; Białko ogółem: 88.15 g; Tłuszcz: 70.80 g; Kw. tł. nasy.: 27.98 g; Węglowodany ogółem: 353.85 g; W tym cukry: 114.83 g; Błonnik pok.: 27.54 g; Sól: 6.16 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 2026-01-19 do dnia 2026-02-01 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
2026-01-30 piątek	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g (<u>MLE b/LAK.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Papka śn -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU 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>)	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	Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g
	II ŚN	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Kleik ryżowy z jabłkiem 200 g
	Obiad	Grysikowa () 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	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	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (bez pieprzu) (Dorsz) 100 g (<u>RYB.</u>) Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Sos koperkowy () (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>)	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet z ryby (bez pieprzu) (Dorsz) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Sos koperkowy () (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>)	Ryżowa () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 150 g Ryba pieczona (bez pieprzu) (Dorsz) 80 g (<u>RYB.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Sos koperkowy () (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>)	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet z ryby (bez pieprzu) (Dorsz) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy () (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem prażonym z/c 200 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem prażonym 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 (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)		Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem prażonym z/c 150 ml Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)
	Kolacja	Woda mineralna niegazowana 250 ml Grysikowa () 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z białek, twarogu z koperkiem 90 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Mus z brzoskwiń 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z białek, twarogu z koperkiem 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Mus z brzoskwiń 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z białek, twarogu z koperkiem 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Mus z brzoskwiń 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g
		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: 2054.09 kcal; Białko ogółem: 93.70 g; Tłuszcz: 71.10 g; Kw. tł. nasy.: 19.68 g; Węglowodany ogółem: 269.28 g; W tym cukry: 42.51 g; Błonnik pok.: 21.07 g; Sól: 1.51 g;	Wartość energetyczna: 2009.41 kcal; Białko ogółem: 87.98 g; Tłuszcz: 63.20 g; Kw. tł. nasy.: 19.08 g; Węglowodany ogółem: 281.02 g; W tym cukry: 77.23 g; Błonnik pok.: 19.65 g; Sól: 1.49 g;	Wartość energetyczna: 2059.87 kcal; Białko ogółem: 98.55 g; Tłuszcz: 69.89 g; Kw. tł. nasy.: 21.98 g; Węglowodany ogółem: 268.32 g; W tym cukry: 37.35 g; Błonnik pok.: 21.88 g; Sól: 1.74 g;	Wartość energetyczna: 2411.17 kcal; Białko ogółem: 97.45 g; Tłuszcz: 67.55 g; Kw. tł. nasy.: 27.71 g; Węglowodany ogółem: 364.83 g; W tym cukry: 94.43 g; Błonnik pok.: 23.07 g; Sól: 5.24 g;	Wartość energetyczna: 2380.10 kcal; Białko ogółem: 86.26 g; Tłuszcz: 57.80 g; Kw. tł. nasy.: 21.03 g; Węglowodany ogółem: 389.97 g; W tym cukry: 93.78 g; Błonnik pok.: 22.70 g; Sól: 5.14 g;	Wartość energetyczna: 2309.68 kcal; Białko ogółem: 92.30 g; Tłuszcz: 67.61 g; Kw. tł. nasy.: 29.07 g; Węglowodany ogółem: 343.38 g; W tym cukry: 113.30 g; Błonnik pok.: 21.61 g; Sól: 4.65 g;	Wartość energetyczna: 2070.88 kcal; Białko ogółem: 52.90 g; Tłuszcz: 37.29 g; Kw. tł. nasy.: 13.25 g; Węglowodany ogółem: 392.47 g; W tym cukry: 110.71 g; Błonnik pok.: 23.01 g; Sól: 4.09 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-01-19 do dnia 2026-02-01 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	
2026-01-31 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 JĘCZ.) Papka śn -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Kawa zbożowa z makiem/p b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Papka śn -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 75 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) 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, S02.) 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, S02.) Dżem 50 g Kawa zbożowa z makiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 60 g	
	II ŚN	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	Koktajl bananowy (na mleku bez laktozy) 250 ml (MLE, MLE b/LAK.)		Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Jabłka prażone b/c 100 g	Koktajl bananowy (na mleku bez laktozy) 250 ml (MLE, MLE b/LAK.)	Banan 200 g	Koktajl bananowy (na mleku bez laktozy) 250 ml (MLE, MLE b/LAK.)	Banan 200 g
	Obiad	Grysiówka () 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	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Potrawka drobiowa (bez pieprzu) () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (bez pieprzu) () 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Serek homo. naturalny 50 g (MLE.)	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mięso drobiowe mielone w sosie wł (bez pieprzu) 150 g (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko z tłuszczem 150 g (GLU JĘCZ.) Potrawka drobiowa (bez pieprzu) () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (bez pieprzu) () 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mięso drobiowe mielone w sosie wł (bez pieprzu) 150 g (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Galaretka o smaku cytrynowym 150 g Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	Galaretka o smaku cytrynowym 150 g		Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (MLE.)	Galaretka o smaku cytrynowym 150 g			
	Kolacja	Woda mineralna niegazowana 250 ml Grysiówka () 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 (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, 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 (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, 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 (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, 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
	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: 1970.94 kcal; Białko ogółem: 93.13 g; Tłuszcz: 67.75 g; Kw. tł. nasy.: 21.85 g; Węglowodany ogółem: 256.98 g; W tym cukry: 35.61 g; Błonnik pok.: 21.34 g; Sól: 1.52 g;	Wartość energetyczna: 2007.06 kcal; Białko ogółem: 90.22 g; Tłuszcz: 61.64 g; Kw. tł. nasy.: 20.10 g; Węglowodany ogółem: 282.15 g; W tym cukry: 72.64 g; Błonnik pok.: 20.11 g; Sól: 1.56 g;	Wartość energetyczna: 2034.49 kcal; Białko ogółem: 101.59 g; Tłuszcz: 69.08 g; Kw. tł. nasy.: 22.07 g; Węglowodany ogółem: 263.05 g; W tym cukry: 38.38 g; Błonnik pok.: 24.08 g; Sól: 1.68 g;	Wartość energetyczna: 2363.68 kcal; Białko ogółem: 97.43 g; Tłuszcz: 68.94 g; Kw. tł. nasy.: 26.51 g; Węglowodany ogółem: 361.05 g; W tym cukry: 96.58 g; Błonnik pok.: 28.58 g; Sól: 6.67 g;	Wartość energetyczna: 2426.66 kcal; Białko ogółem: 89.50 g; Tłuszcz: 68.72 g; Kw. tł. nasy.: 19.36 g; Węglowodany ogółem: 383.50 g; W tym cukry: 112.56 g; Błonnik pok.: 29.65 g; Sól: 5.75 g;	Wartość energetyczna: 2222.16 kcal; Białko ogółem: 84.05 g; Tłuszcz: 71.95 g; Kw. tł. nasy.: 29.15 g; Węglowodany ogółem: 327.42 g; W tym cukry: 105.72 g; Błonnik pok.: 24.68 g; Sól: 5.42 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 2026-01-19 do dnia 2026-02-01 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
2026-02-01 niedziela	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g (MLE b/LAK.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Papka śn -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Papka śn -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,66 szt (MLE b/LAK.) Dżem 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,5 szt (MLE b/LAK.) Dżem 50 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Dżem 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 60 g
	II SN	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem prażonym z/c 150 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem prażonym 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.)			
	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	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 * 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	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	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 * 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Klopsik wieprzowy (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny (bez pieprzu) () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (MLE.) Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (MLE.)		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)	Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (MLE.)			
	Kolacja	Woda mineralna niegazowana 250 ml Grysikowa () 450 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Papka kol () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 75 g (MLE.) Mus z brzoskwiń 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Mus z brzoskwiń 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Mus z brzoskwiń 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 60 g
		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: 2084.34 kcal; Białko ogółem: 91.73 g; Tłuszcz: 67.60 g; Kw. tł. nasy.: 20.28 g; Węglowodany ogółem: 286.18 g; W tym cukry: 44.61 g; Błonnik pok.: 21.07 g; Sól: 1.44 g;	Wartość energetyczna: 2110.01 kcal; Białko ogółem: 88.46 g; Tłuszcz: 61.24 g; Kw. tł. nasy.: 18.53 g; Węglowodany ogółem: 309.74 g; W tym cukry: 81.64 g; Błonnik pok.: 19.86 g; Sól: 1.48 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: 2444.42 kcal; Białko ogółem: 94.69 g; Tłuszcz: 66.30 g; Kw. tł. nasy.: 27.34 g; Węglowodany ogółem: 374.63 g; W tym cukry: 92.71 g; Błonnik pok.: 16.28 g; Sól: 5.24 g;	Wartość energetyczna: 2241.36 kcal; Białko ogółem: 77.61 g; Tłuszcz: 54.12 g; Kw. tł. nasy.: 19.93 g; Węglowodany ogółem: 366.34 g; W tym cukry: 87.89 g; Błonnik pok.: 12.72 g; Sól: 4.27 g;	Wartość energetyczna: 2242.59 kcal; Białko ogółem: 86.34 g; Tłuszcz: 61.77 g; Kw. tł. nasy.: 24.07 g; Węglowodany ogółem: 341.31 g; W tym cukry: 102.05 g; Błonnik pok.: 13.52 g; Sól: 4.32 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,