

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-03-15 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

		KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,niskolakt./m ix	KRK- NAR II B Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR II C Papkowata/niskowęglowodanowa/- mix	KRK- NAR III Niskoresztkowa,niskolaktózowa- mielona	KRK- NAR III A Zapieraj./niskoresztk.,niskolakt./-mi el.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żół.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona
2026-02-02 poniedziałek	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g (<u>MLE b/LAK.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Papka śn -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 75 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g	Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g
	II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml		Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)		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>)
	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	Brokułowa z ryżem 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Pulpet drobiowy (bez pieprzu) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Marchew gotowana z olejem 150 g 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 drobiowy (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Sos koperkowy (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Brokułowa z ryżem 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Pulpet drobiowy (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Sos koperkowy (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ryżowa 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Pulpet drobiowy (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Galaretko o smaku cytrynowym 150 g Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Galaretko o smaku cytrynowym 150 g		Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Galaretko o smaku cytrynowym 150 g			
	Kolacja	Grysikowa 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	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>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 90 g (<u>MLE.</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>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</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>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</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>) Dżem 60 g Woda mineralna niegazowana 250 ml
		Wartość energetyczna: 1085.69 kcal; Białko ogółem: 36.86 g; Tłuszcz: 14.98 g; Kw. tł. nasy.: 3.22 g; Węglowodany ogółem: 203.64 g; W tym cukry: 29.75 g; Błonnik pok.: 6.83 g; Sól: 1.96 g;	Wartość energetyczna: 1964.59 kcal; Białko ogółem: 86.54 g; Tłuszcz: 64.21 g; Kw. tł. nasy.: 19.69 g; Węglowodany ogółem: 270.54 g; W tym cukry: 43.05 g; Błonnik pok.: 22.46 g; Sól: 1.41 g;	Wartość energetyczna: 1986.01 kcal; Białko ogółem: 83.12 g; Tłuszcz: 58.03 g; Kw. tł. nasy.: 17.94 g; Węglowodany ogółem: 292.12 g; W tym cukry: 79.55 g; Błonnik pok.: 20.08 g; Sól: 1.40 g;	Wartość energetyczna: 1943.78 kcal; Białko ogółem: 94.07 g; Tłuszcz: 67.40 g; Kw. tł. nasy.: 21.97 g; Węglowodany ogółem: 250.21 g; W tym cukry: 36.14 g; Błonnik pok.: 22.13 g; Sól: 1.71 g;	Wartość energetyczna: 2186.80 kcal; Białko ogółem: 90.22 g; Tłuszcz: 53.31 g; Kw. tł. nasy.: 21.39 g; Węglowodany ogółem: 345.99 g; W tym cukry: 89.78 g; Błonnik pok.: 20.60 g; Sól: 5.46 g;	Wartość energetyczna: 2035.97 kcal; Białko ogółem: 75.76 g; Tłuszcz: 42.04 g; Kw. tł. nasy.: 15.12 g; Węglowodany ogółem: 347.94 g; W tym cukry: 88.27 g; Błonnik pok.: 19.91 g; Sól: 4.96 g;	Wartość energetyczna: 2082.01 kcal; Białko ogółem: 82.05 g; Tłuszcz: 58.25 g; Kw. tł. nasy.: 25.95 g; Węglowodany ogółem: 315.98 g; W tym cukry: 105.30 g; Błonnik pok.: 18.62 g; Sól: 4.68 g;	Wartość energetyczna: 1910.63 kcal; Białko ogółem: 49.86 g; Tłuszcz: 33.79 g; Kw. tł. nasy.: 12.66 g; Węglowodany ogółem: 359.90 g; W tym cukry: 107.94 g; Błonnik pok.: 17.09 g; Sól: 3.67 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-03-15 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

		KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,niskolakt./m- ix	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./-mi- el.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żół.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona
2026-02-03 wtorek	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kieik 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>)	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>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 75 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Mus z jabłek () z/c 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Mus z jabłek () z/c 50 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<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>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Mus z jabłek () z/c 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) 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 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Biszkopci 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	Solferino 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Klopsik wieprzowy (bez pieprzu) mm 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos szpinakowy* (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Dynia duszona z olejem (bez pieprzu)* 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 Klopsik wieprzowy (bez pieprzu) mm 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos szpinakowy* (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Dynia duszona z olejem (bez pieprzu)* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Solferino 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z tłuszczem 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Klopsik wieprzowy (bez pieprzu) mm 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos szpinakowy* (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Dynia duszona z olejem (bez pieprzu)* 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 Klopsik wieprzowy (bez pieprzu) mm 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos szpinakowy* (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Dynia duszona z olejem (bez pieprzu)* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Koktajl bananowy (mleko bez laktozy) 200 ml (<u>MLE, MLE b/LAK.</u>)	Koktajl bananowy 250 ml (<u>MLE.</u>)		Koktajl bananowy (mleko bez laktozy) 200 ml (<u>MLE, MLE b/LAK.</u>)	Koktajl bananowy 250 ml (<u>MLE.</u>)		Jabłko pieczone 150 g	Koktajl bananowy (mleko bez laktozy) 150 ml (<u>MLE, MLE b/LAK.</u>)
	Kolacja	Grysikowa 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	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>) Galaretk drobiowa z udźcem z kurczaka 100 g (<u>SEL.</u>) Dżem 50 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Galaretk drobiowa z udźcem z kurczaka 100 g (<u>SEL.</u>) Dżem 50 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Galaretk drobiowa z udźcem z kurczaka 100 g (<u>SEL.</u>) Dżem 50 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g Woda mineralna niegazowana 250 ml
		Wartość energetyczna: 893.08 kcal; Białko ogółem: 34.74 g; Tłuszcz: 13.32 g; Kw. tł. nasy.: 4.91 g; Węglowodany ogółem: 161.68 g; W tym cukry: 20.57 g; Błonnik pok.: 6.82 g; Sól: 1.98 g;	Wartość energetyczna: 1995.32 kcal; Białko ogółem: 98.27 g; Tłuszcz: 72.80 g; Kw. tł. nasy.: 22.07 g; Węglowodany ogółem: 247.05 g; W tym cukry: 42.40 g; Błonnik pok.: 21.51 g; Sól: 1.75 g;	Wartość energetyczna: 1997.94 kcal; Białko ogółem: 92.96 g; Tłuszcz: 65.19 g; Kw. tł. nasy.: 21.51 g; Węglowodany ogółem: 269.57 g; W tym cukry: 83.63 g; Błonnik pok.: 20.28 g; Sól: 1.74 g;	Wartość energetyczna: 2029.26 kcal; Białko ogółem: 101.96 g; Tłuszcz: 70.28 g; Kw. tł. nasy.: 23.37 g; Węglowodany ogółem: 257.73 g; W tym cukry: 47.78 g; Błonnik pok.: 22.12 g; Sól: 1.94 g;	Wartość energetyczna: 2404.88 kcal; Białko ogółem: 99.72 g; Tłuszcz: 68.83 g; Kw. tł. nasy.: 26.47 g; Węglowodany ogółem: 352.72 g; W tym cukry: 95.46 g; Błonnik pok.: 18.88 g; Sól: 5.93 g;	Wartość energetyczna: 2343.10 kcal; Białko ogółem: 88.07 g; Tłuszcz: 59.09 g; Kw. tł. nasy.: 22.50 g; Węglowodany ogółem: 370.25 g; W tym cukry: 91.52 g; Błonnik pok.: 17.74 g; Sól: 5.74 g;	Wartość energetyczna: 2111.10 kcal; Białko ogółem: 81.36 g; Tłuszcz: 65.63 g; Kw. tł. nasy.: 25.48 g; Węglowodany ogółem: 304.64 g; W tym cukry: 97.82 g; Błonnik pok.: 18.61 g; Sól: 4.70 g;	Wartość energetyczna: 2043.96 kcal; Białko ogółem: 58.00 g; Tłuszcz: 45.03 g; Kw. tł. nasy.: 17.07 g; Węglowodany ogółem: 355.40 g; W tym cukry: 99.42 g; Błonnik pok.: 14.26 g; Sól: 3.28 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-03-15 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

		KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,niskolakt./m- ix	KRK- NAR II B Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR II C Papkowata/niskowęglowodanowa/- mix	KRK- NAR III Niskoresztkowa,niskolaktózowa- mielona	KRK- NAR III A Zapieraj./niskoresztk.,niskolakt./-mi- el.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoł.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona
2026-02-04 środa	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kiełk ryżowy na mleku bez laktozy 450 g (<u>MLE b/LAK.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Papka śn -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,66 szt (<u>MLE b/LAK.</u>) Jabłka prażone b/c 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,5 szt (<u>MLE b/LAK.</u>) Jabłka prażone b/c 50 g	Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłka prażone b/c 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g
	II ŚN	Galaretką o smaku truskawkowym 150 g Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,33 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Galaretką o smaku truskawkowym 150 g		Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Galaretką o smaku truskawkowym 150 g			
	Obiad	Grycikowa 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 Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez pieprzu) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki podprawiane -drobno tarte 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ryżowa 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Grycikowa 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 150 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki podprawiane -drobno tarte 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ryżowa 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 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		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 150 ml		Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 150 ml
	Kolacja	Grycikowa 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Papka kol () -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym (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>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym (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>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym (bez pieprzu) 70 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g Woda mineralna niegazowana 250 ml
		Wartość energetyczna: 1048.08 kcal; Białko ogółem: 36.00 g; Tłuszcz: 13.94 g; Kw. tł. nasy.: 5.25 g; Węglowodany ogółem: 197.42 g; W tym cukry: 29.75 g; Błonnik pok.: 6.83 g; Sól: 1.86 g;	Wartość energetyczna: 2072.04 kcal; Białko ogółem: 96.39 g; Tłuszcz: 70.60 g; Kw. tł. nasy.: 22.12 g; Węglowodany ogółem: 272.73 g; W tym cukry: 16.47 g; Błonnik pok.: 23.29 g; Sól: 1.38 g;	Wartość energetyczna: 2079.79 kcal; Białko ogółem: 94.57 g; Tłuszcz: 62.01 g; Kw. tł. nasy.: 18.34 g; Węglowodany ogółem: 295.29 g; W tym cukry: 53.50 g; Błonnik pok.: 22.06 g; Sól: 1.39 g;	Wartość energetyczna: 2116.37 kcal; Białko ogółem: 106.86 g; Tłuszcz: 71.67 g; Kw. tł. nasy.: 22.39 g; Węglowodany ogółem: 271.04 g; W tym cukry: 24.62 g; Błonnik pok.: 24.11 g; Sól: 1.73 g;	Wartość energetyczna: 2099.62 kcal; Białko ogółem: 77.46 g; Tłuszcz: 55.54 g; Kw. tł. nasy.: 25.57 g; Węglowodany ogółem: 332.77 g; W tym cukry: 73.57 g; Błonnik pok.: 20.72 g; Sól: 4.64 g;	Wartość energetyczna: 1994.22 kcal; Białko ogółem: 69.79 g; Tłuszcz: 51.93 g; Kw. tł. nasy.: 19.25 g; Węglowodany ogółem: 323.53 g; W tym cukry: 69.58 g; Błonnik pok.: 23.30 g; Sól: 4.59 g;	Wartość energetyczna: 2151.99 kcal; Białko ogółem: 87.61 g; Tłuszcz: 62.47 g; Kw. tł. nasy.: 28.30 g; Węglowodany ogółem: 319.04 g; W tym cukry: 88.94 g; Błonnik pok.: 19.18 g; Sól: 4.30 g;	Wartość energetyczna: 1847.87 kcal; Białko ogółem: 47.64 g; Tłuszcz: 35.54 g; Kw. tł. nasy.: 13.91 g; Węglowodany ogółem: 343.19 g; W tym cukry: 107.60 g; Błonnik pok.: 18.07 g; Sól: 3.84 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-03-15 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

		KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,niskolakt./m ix	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./-mi el.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoł.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona
2026-02-05 czwartek	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g (<u>MLE b/LAK.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Papka śn -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 90 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 150 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 150 g Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (<u>MLE.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 150 g Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</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 ŚN	Galaretką jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (<u>MLE.</u>) Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Galaretką jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (<u>MLE.</u>)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Galaretką jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (<u>MLE.</u>)	Banan 200 g	Galaretką jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (<u>MLE.</u>)	Banan 200 g
	Obiad	Grysikowa 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	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	Zieminiaczana 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Budyń z wiernzowiny (bez pieprzu) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zieminiaczana 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Budyń z wiernzowiny (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zieminiaczana 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko z tłuszczem 150 g Budyń z wiernzowiny (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Zieminiaczana 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Budyń z wiernzowiny (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)			Kasza manna z jabłkiem prażonym 150 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)			Kleik ryżowy z jabłkiem 200 g
Kolacja		Grysikowa 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Papka kol ()-NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 75 g (<u>MLE.</u>) Salatka jarzynowa - dieta 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Salatka jarzynowa - dieta 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Salatka jarzynowa - dieta 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g Woda mineralna niegazowana 250 ml
		Wartość energetyczna: 968.29 kcal; Białko ogółem: 38.76 g; Tłuszcz: 15.82 g; Kw. tł. nasy.: 3.66 g; Węglowodany ogółem: 170.05 g; W tym cukry: 5.80 g; Błonnik pok.: 6.01 g; Sól: 2.00 g;	Wartość energetyczna: 2130.45 kcal; Białko ogółem: 98.41 g; Tłuszcz: 70.47 g; Kw. tł. nasy.: 21.74 g; Węglowodany ogółem: 284.12 g; W tym cukry: 28.88 g; Błonnik pok.: 20.88 g; Sól: 1.57 g;	Wartość energetyczna: 2152.60 kcal; Białko ogółem: 95.04 g; Tłuszcz: 64.10 g; Kw. tł. nasy.: 19.99 g; Węglowodany ogółem: 306.91 g; W tym cukry: 65.91 g; Błonnik pok.: 19.64 g; Sól: 1.60 g;	Wartość energetyczna: 2151.18 kcal; Białko ogółem: 103.42 g; Tłuszcz: 72.76 g; Kw. tł. nasy.: 22.54 g; Węglowodany ogółem: 280.06 g; W tym cukry: 39.13 g; Błonnik pok.: 21.69 g; Sól: 1.75 g;	Wartość energetyczna: 2372.25 kcal; Białko ogółem: 102.30 g; Tłuszcz: 60.70 g; Kw. tł. nasy.: 26.79 g; Węglowodany ogółem: 362.38 g; W tym cukry: 72.72 g; Błonnik pok.: 18.80 g; Sól: 5.67 g;	Wartość energetyczna: 2255.02 kcal; Białko ogółem: 85.12 g; Tłuszcz: 48.61 g; Kw. tł. nasy.: 19.49 g; Węglowodany ogółem: 379.83 g; W tym cukry: 108.23 g; Błonnik pok.: 22.07 g; Sól: 5.00 g;	Wartość energetyczna: 2223.56 kcal; Białko ogółem: 92.44 g; Tłuszcz: 63.83 g; Kw. tł. nasy.: 27.68 g; Węglowodany ogółem: 326.25 g; W tym cukry: 78.25 g; Błonnik pok.: 16.56 g; Sól: 4.90 g;	Wartość energetyczna: 2145.44 kcal; Białko ogółem: 55.78 g; Tłuszcz: 41.71 g; Kw. tł. nasy.: 15.92 g; Węglowodany ogółem: 395.92 g; W tym cukry: 125.23 g; Błonnik pok.: 18.27 g; Sól: 3.72 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-03-15 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

		KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,niskolakt./m ix	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./-mi el.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoł.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona
2026-02-06 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>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtusty b/laktozy 90 g (<u>MLE b/LAK.</u>) Mus z ananasa 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtusty b/laktozy 60 g (<u>MLE b/LAK.</u>) Mus z ananasa 50 g	Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtusty 60 g (<u>MLE.</u>) Mus z ananasa 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g
	II ŚN	Galaretka o smaku pomarańczowym 150 g Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,33 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Galaretka o smaku pomarańczowym 150 g		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml	Galaretka o smaku pomarańczowym z owocami 150 g Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,33 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Galaretka o smaku pomarańczowym z owocami 150 g		
	Obiad	Grysikowa 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	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	Dyniowa z makaronem 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Pulpet z ryby (Dorsz) (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Szcypak gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Pulpet z ryby (Dorsz) (bez pieprzu) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Dyniowa z makaronem 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 150 g Pulpet z ryby (Dorsz) (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Szcypak gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Pulpet z ryby (Dorsz) (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Ryż na mleku 200 ml (<u>MLE.</u>)	Ryż na mleku z dżemem 200 g (<u>MLE.</u>)	Ryż na mleku (deser) 200 g (<u>MLE.</u>)	Ryż na mleku 150 ml (<u>MLE.</u>)			Ryż na mleku b/laktozy 150 ml (<u>MLE b/LAK.</u>)
	Kolacja	Grysikowa 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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 z natką pietruszki 90 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Dżem 50 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z białek z natką pietruszki 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Dżem 50 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z białek z natką pietruszki 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Dżem 50 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g Woda mineralna niegazowana 250 ml
		Wartość energetyczna: 900.68 kcal; Białko ogółem: 35.80 g; Tłuszcz: 13.78 g; Kw. tł. nasy.: 5.09 g; Węglowodany ogółem: 160.73 g; W tym cukry: 3.70 g; Błonnik pok.: 6.01 g; Sól: 1.82 g;	Wartość energetyczna: 2084.64 kcal; Białko ogółem: 97.05 g; Tłuszcz: 70.02 g; Kw. tł. nasy.: 21.54 g; Węglowodany ogółem: 275.38 g; W tym cukry: 24.67 g; Błonnik pok.: 20.89 g; Sól: 1.51 g;	Wartość energetyczna: 2157.39 kcal; Białko ogółem: 93.17 g; Tłuszcz: 62.91 g; Kw. tł. nasy.: 19.28 g; Węglowodany ogółem: 313.20 g; W tym cukry: 59.44 g; Błonnik pok.: 19.98 g; Sól: 1.50 g;	Wartość energetyczna: 2272.07 kcal; Białko ogółem: 102.25 g; Tłuszcz: 70.37 g; Kw. tł. nasy.: 21.76 g; Węglowodany ogółem: 317.99 g; W tym cukry: 44.81 g; Błonnik pok.: 23.33 g; Sól: 1.71 g;	Wartość energetyczna: 2261.40 kcal; Białko ogółem: 97.33 g; Tłuszcz: 63.42 g; Kw. tł. nasy.: 29.15 g; Węglowodany ogółem: 332.73 g; W tym cukry: 81.94 g; Błonnik pok.: 18.14 g; Sól: 4.81 g;	Wartość energetyczna: 2064.40 kcal; Białko ogółem: 83.09 g; Tłuszcz: 49.53 g; Kw. tł. nasy.: 20.27 g; Węglowodany ogółem: 330.64 g; W tym cukry: 85.70 g; Błonnik pok.: 19.06 g; Sól: 4.93 g;	Wartość energetyczna: 2242.18 kcal; Białko ogółem: 93.94 g; Tłuszcz: 67.34 g; Kw. tł. nasy.: 30.91 g; Węglowodany ogółem: 321.33 g; W tym cukry: 99.48 g; Błonnik pok.: 15.94 g; Sól: 4.32 g;	Wartość energetyczna: 1796.03 kcal; Białko ogółem: 50.03 g; Tłuszcz: 31.35 g; Kw. tł. nasy.: 13.30 g; Węglowodany ogółem: 337.58 g; W tym cukry: 96.52 g; Błonnik pok.: 18.80 g; Sól: 4.06 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-03-15 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

		KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,niskolakt./m ix	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./-mi el.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żół.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona
2026-02-07 sobota	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g (<u>MLE b/LAK.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Papka śn -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka 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	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Dżem 50 g	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>) Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<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>)	Mus z jabłek () b/c 150 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>)	Mus z jabłek () b/c 150 g Serek homo. naturalny 50 g (<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 150 g	Mus z jabłek () z/c 100 g Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)
	Obiad	Grycikowa 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	Selerowa z ziemniakami 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta (bez pieprzu) 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (bez pieprzu) 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Mięso wieprzowe mielone w sosie wł (bez pieprzu) 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko z tłuszczem 150 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta (bez pieprzu) 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (bez pieprzu) 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Mięso wieprzowe mielone w sosie wł (bez pieprzu) 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Kisiel o smaku pomarańczowym z jabłkiem z/c 200 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml		Kisiel o smaku pomarańczowym z jabłkiem b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml			Kisiel o smaku pomarańczowym z jabłkiem z/c 150 ml
	Kolacja	Grycikowa 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Papka kol () -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym (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% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka pieczona, łopatką 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	Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym (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 pieczona, łopatką 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 Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym (bez pieprzu) 70 g (<u>SEL.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, 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 Woda mineralna niegazowana 250 ml
		Wartość energetyczna: 926.06 kcal; Białko ogółem: 34.59 g; Tłuszcz: 14.98 g; Kw. tł. nasy.: 3.22 g; Węglowodany ogółem: 166.42 g; W tym cukry: 17.01 g; Błonnik pok.: 6.81 g; Sól: 1.92 g;	Wartość energetyczna: 2017.04 kcal; Białko ogółem: 90.09 g; Tłuszcz: 68.45 g; Kw. tł. nasy.: 22.56 g; Węglowodany ogółem: 272.35 g; W tym cukry: 42.52 g; Błonnik pok.: 25.52 g; Sól: 1.42 g;	Wartość energetyczna: 2023.71 kcal; Białko ogółem: 88.45 g; Tłuszcz: 59.84 g; Kw. tł. nasy.: 18.50 g; Węglowodany ogółem: 293.80 g; W tym cukry: 84.54 g; Błonnik pok.: 22.88 g; Sól: 1.43 g;	Wartość energetyczna: 1972.04 kcal; Białko ogółem: 97.05 g; Tłuszcz: 66.52 g; Kw. tł. nasy.: 20.73 g; Węglowodany ogółem: 258.83 g; W tym cukry: 24.62 g; Błonnik pok.: 26.31 g; Sól: 1.52 g;	Wartość energetyczna: 2321.29 kcal; Białko ogółem: 90.83 g; Tłuszcz: 73.75 g; Kw. tł. nasy.: 27.94 g; Węglowodany ogółem: 337.98 g; W tym cukry: 92.20 g; Błonnik pok.: 24.01 g; Sól: 6.73 g;	Wartość energetyczna: 2346.46 kcal; Białko ogółem: 94.75 g; Tłuszcz: 70.70 g; Kw. tł. nasy.: 23.65 g; Węglowodany ogółem: 344.99 g; W tym cukry: 95.25 g; Błonnik pok.: 21.27 g; Sól: 5.67 g;	Wartość energetyczna: 2234.27 kcal; Białko ogółem: 81.59 g; Tłuszcz: 75.62 g; Kw. tł. nasy.: 27.87 g; Węglowodany ogółem: 318.70 g; W tym cukry: 100.65 g; Błonnik pok.: 22.22 g; Sól: 5.39 g;	Wartość energetyczna: 2252.26 kcal; Białko ogółem: 74.00 g; Tłuszcz: 59.03 g; Kw. tł. nasy.: 19.83 g; Węglowodany ogółem: 365.82 g; W tym cukry: 100.04 g; Błonnik pok.: 19.88 g; Sól: 3.35 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-03-15 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

		KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,niskolakt./m- ix	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./-mi- el.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoł.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona
2026-02-08 niedziela	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g (<u>MLE b/LAK.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Papka śn -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka dębowa łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 75 g (<u>SOJ, MLE, SEL. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR.</u>) Jabłka prażone b/c 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka dębowa łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR.</u>) Jabłka prażone b/c 50 g	Płatki pszenne na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka dębowa łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR.</u>) Jabłka prażone b/c 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g
	II śN	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Koktajl bananowy (mleko bez laktozy) 300 ml (<u>MLE, MLE b/LAK.</u>)	Koktajl bananowy (mleko bez laktozy) 250 ml (<u>MLE, MLE b/LAK.</u>)	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 200 ml	Koktajl bananowy (mleko bez laktozy) 250 ml (<u>MLE, MLE b/LAK.</u>)	Banan 200 g	Koktajl bananowy (mleko 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	Rosół z makaronem 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Potrawka drobiowa 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Dynia duszona z olejem (bez pieprzu)* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ryżowa 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Potrawka drobiowa 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Dynia duszona z olejem (bez pieprzu)* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Rosół z makaronem 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 150 g Potrawka drobiowa 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Dynia duszona z olejem (bez pieprzu)* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ryżowa 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Potrawka drobiowa 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Dynia duszona z olejem (bez pieprzu)* 150 g (<u>GLU PSZ.</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 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłka prażone b/c 100 g	Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (<u>MLE.</u>)			
	Kolacja	Grysikowa 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Papka kol (-) -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Papka kol (-) -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka kol (-) -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 90 g (<u>MLE.</u>) Mus z brzoskwiń 50 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>) Mus z brzoskwiń 50 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>) Mus z brzoskwiń 50 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g Woda mineralna niegazowana 250 ml
		Wartość energetyczna: 1115.69 kcal; Białko ogółem: 38.96 g; Tłuszcz: 15.98 g; Kw. tł. nasy.: 3.82 g; Węglowodany ogółem: 206.74 g; W tym cukry: 31.85 g; Błonnik pok.: 6.83 g; Sól: 2.04 g;	Wartość energetyczna: 2034.63 kcal; Białko ogółem: 96.69 g; Tłuszcz: 69.50 g; Kw. tł. nasy.: 22.91 g; Węglowodany ogółem: 265.42 g; W tym cukry: 41.54 g; Błonnik pok.: 21.51 g; Sól: 1.64 g;	Wartość energetyczna: 2037.06 kcal; Białko ogółem: 92.32 g; Tłuszcz: 62.64 g; Kw. tł. nasy.: 20.70 g; Węglowodany ogółem: 285.25 g; W tym cukry: 74.74 g; Błonnik pok.: 20.11 g; Sól: 1.64 g;	Wartość energetyczna: 2043.09 kcal; Białko ogółem: 103.79 g; Tłuszcz: 67.47 g; Kw. tł. nasy.: 20.44 g; Węglowodany ogółem: 267.01 g; W tym cukry: 37.36 g; Błonnik pok.: 24.88 g; Sól: 1.57 g;	Wartość energetyczna: 2187.03 kcal; Białko ogółem: 90.26 g; Tłuszcz: 62.59 g; Kw. tł. nasy.: 29.42 g; Węglowodany ogółem: 322.80 g; W tym cukry: 77.37 g; Błonnik pok.: 18.74 g; Sól: 6.24 g;	Wartość energetyczna: 2008.50 kcal; Białko ogółem: 70.78 g; Tłuszcz: 43.39 g; Kw. tł. nasy.: 18.94 g; Węglowodany ogółem: 342.30 g; W tym cukry: 95.57 g; Błonnik pok.: 21.63 g; Sól: 5.19 g;	Wartość energetyczna: 2200.33 kcal; Białko ogółem: 89.59 g; Tłuszcz: 67.22 g; Kw. tł. nasy.: 32.80 g; Węglowodany ogółem: 315.88 g; W tym cukry: 94.12 g; Błonnik pok.: 18.44 g; Sól: 5.45 g;	Wartość energetyczna: 1926.04 kcal; Białko ogółem: 50.71 g; Tłuszcz: 31.69 g; Kw. tł. nasy.: 14.19 g; Węglowodany ogółem: 366.43 g; W tym cukry: 130.46 g; Błonnik pok.: 20.42 g; Sól: 3.53 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-03-15 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,niskolaktózowa-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
2026-02-09 poniedziałek	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g (<u>MLE b/LAK.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Papka śn -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 75 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym (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 (bez pieprzu) () 70 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym (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 ŚN	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)		Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	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	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g Twaróg półtusty b/laktozy 100 g (<u>MLE b/LAK.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ziemniaczana 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 100 g Twaróg półtusty b/laktozy 100 g (<u>MLE b/LAK.</u>) 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>) Mus z jabłek () z/c 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ziemniaczana 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Galeretka o smaku pomarańczowym 150 g Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Galeretka o smaku pomarańczowym 150 g		Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Galeretka o smaku pomarańczowym 150 g		Galeretka o smaku cytrynowym 150 g	Galeretka o smaku pomarańczowym 150 g
	Kolacja	Grysikowa 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Papka kol (-)NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Papka kol (-)NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka kol (-)NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,66 szt (<u>MLE b/LAK.</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>) Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,5 szt (<u>MLE b/LAK.</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>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g Woda mineralna niegazowana 250 ml
		Wartość energetyczna: 938.29 kcal; Białko ogółem: 36.66 g; Tłuszcz: 14.82 g; Kw. tł. nasy.: 3.06 g; Węglowodany ogółem: 166.95 g; W tym cukry: 3.70 g; Błonnik pok.: 6.01 g; Sól: 1.92 g;	Wartość energetyczna: 2039.64 kcal; Białko ogółem: 96.68 g; Tłuszcz: 71.07 g; Kw. tł. nasy.: 19.53 g; Węglowodany ogółem: 262.01 g; W tym cukry: 16.47 g; Błonnik pok.: 20.49 g; Sól: 1.47 g;	Wartość energetyczna: 2036.29 kcal; Białko ogółem: 92.71 g; Tłuszcz: 63.20 g; Kw. tł. nasy.: 19.88 g; Węglowodany ogółem: 281.65 g; W tym cukry: 53.50 g; Błonnik pok.: 19.26 g; Sól: 1.57 g;	Wartość energetyczna: 2072.87 kcal; Białko ogółem: 105.00 g; Tłuszcz: 72.86 g; Kw. tł. nasy.: 23.93 g; Węglowodany ogółem: 257.40 g; W tym cukry: 24.62 g; Błonnik pok.: 21.31 g; Sól: 1.91 g;	Wartość energetyczna: 2220.71 kcal; Białko ogółem: 84.39 g; Tłuszcz: 60.95 g; Kw. tł. nasy.: 27.73 g; Węglowodany ogółem: 342.18 g; W tym cukry: 71.63 g; Błonnik pok.: 17.64 g; Sól: 4.93 g;	Wartość energetyczna: 2215.41 kcal; Białko ogółem: 76.81 g; Tłuszcz: 52.93 g; Kw. tł. nasy.: 23.31 g; Węglowodany ogółem: 366.64 g; W tym cukry: 66.90 g; Błonnik pok.: 17.78 g; Sól: 4.63 g;	Wartość energetyczna: 2161.78 kcal; Białko ogółem: 77.60 g; Tłuszcz: 60.03 g; Kw. tł. nasy.: 26.50 g; Węglowodany ogółem: 339.37 g; W tym cukry: 113.35 g; Błonnik pok.: 17.11 g; Sól: 4.24 g;	Wartość energetyczna: 1801.46 kcal; Białko ogółem: 33.68 g; Tłuszcz: 27.59 g; Kw. tł. nasy.: 12.62 g; Węglowodany ogółem: 360.94 g; W tym cukry: 85.65 g; Błonnik pok.: 13.73 g; Sól: 2.61 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-03-15 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

		KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,niskolakt./m ix	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./-mi el.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żół.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona
2026-02-10 wtorek	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g (<u>MLE b/LAK.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Papka śn -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 75 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () z/c 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () z/c 50 g	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () z/c 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g
	II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml		Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml			
	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	Jarzynowa z zacierką dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) 150 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Ryżowa 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Buraczki podprawiane -drobno tarte 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką dieta 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 150 g Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Buraczki podprawiane-drobno tarte (bez cukru) 150 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Ryżowa 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Koktajl bananowy 250 ml (<u>MLE.</u>)		Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g	Banan 100 g			Banan 200 g Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)
	Kolacja	Grysikowa 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Papka kol ()-NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Papka kol ()-NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka kol ()-NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szyńka krucha z pieca wieprzowa, parzona 75 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL. może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Pasta warzywna. () 70 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szyńka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL. może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Pasta warzywna. () 70 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szyńka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL. może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Pasta warzywna. () 70 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g Woda mineralna niegazowana 250 ml
		Wartość energetyczna: 987.94 kcal; Białko ogółem: 34.63 g; Tłuszcz: 14.98 g; Kw. tł. nasy.: 3.22 g; Węglowodany ogółem: 181.89 g; W tym cukry: 29.75 g; Błonnik pok.: 6.83 g; Sól: 1.96 g;	Wartość energetyczna: 2184.87 kcal; Białko ogółem: 96.72 g; Tłuszcz: 71.05 g; Kw. tł. nasy.: 22.23 g; Węglowodany ogółem: 299.59 g; W tym cukry: 68.45 g; Błonnik pok.: 22.34 g; Sól: 1.64 g;	Wartość energetyczna: 2207.02 kcal; Białko ogółem: 93.35 g; Tłuszcz: 64.68 g; Kw. tł. nasy.: 20.48 g; Węglowodany ogółem: 322.38 g; W tym cukry: 105.48 g; Błonnik pok.: 21.10 g; Sól: 1.68 g;	Wartość energetyczna: 2138.57 kcal; Białko ogółem: 101.36 g; Tłuszcz: 68.83 g; Kw. tł. nasy.: 20.45 g; Węglowodany ogółem: 289.63 g; W tym cukry: 37.36 g; Błonnik pok.: 24.93 g; Sól: 1.56 g;	Wartość energetyczna: 2132.35 kcal; Białko ogółem: 93.69 g; Tłuszcz: 54.77 g; Kw. tł. nasy.: 24.51 g; Węglowodany ogółem: 334.95 g; W tym cukry: 93.95 g; Błonnik pok.: 21.94 g; Sól: 6.77 g;	Wartość energetyczna: 1951.63 kcal; Białko ogółem: 75.75 g; Tłuszcz: 41.58 g; Kw. tł. nasy.: 17.40 g; Węglowodany ogółem: 334.90 g; W tym cukry: 93.33 g; Błonnik pok.: 21.28 g; Sól: 5.81 g;	Wartość energetyczna: 2124.57 kcal; Białko ogółem: 85.55 g; Tłuszcz: 60.43 g; Kw. tł. nasy.: 28.38 g; Węglowodany ogółem: 325.33 g; W tym cukry: 110.01 g; Błonnik pok.: 21.24 g; Sól: 5.84 g;	Wartość energetyczna: 2071.53 kcal; Białko ogółem: 56.26 g; Tłuszcz: 34.31 g; Kw. tł. nasy.: 15.25 g; Węglowodany ogółem: 393.94 g; W tym cukry: 142.33 g; Błonnik pok.: 19.54 g; Sól: 3.99 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-03-15 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,niskolaktózowa-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
2026-02-11 środa	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g (<u>MLE b/LAK.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Papka śn -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) 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	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>) Serek homo. naturalny 80 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	Galaretką jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g (<u>MLE.</u>) Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,33 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Galaretką jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g (<u>MLE.</u>)			Galaretką jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (<u>MLE.</u>)			
	Obiad	Grycikowa 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob (-) -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob (-) -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Papka ob (-) -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Ziemniaczana 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ziemniaczana 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ziemniaczana 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko z tłuszczem 150 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ziemniaczana 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Kasza manna na wodzie i mleku z jabłkiem prażonym 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)			Kasza manna na wodzie i mleku z jabłkiem prażonym (bez laktozy) 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE b/LAK.</u>)			Kasza manna na wodzie i mleku z jabłkiem prażonym (bez laktozy) 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE b/LAK.</u>)
	Kolacja	Grycikowa 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Papka kol (-) -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Papka kol (-) -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka kol (-) -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 75 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pasta warzywna 70 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 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 70 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pasta warzywna 70 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g Woda mineralna niegazowana 250 ml
		Wartość energetyczna: 973.26 kcal; Białko ogółem: 39.34 g; Tłuszcz: 15.11 g; Kw. tł. nasy.: 5.89 g; Węglowodany ogółem: 172.11 g; W tym cukry: 6.50 g; Błonnik pok.: 6.01 g; Sól: 1.93 g;	Wartość energetyczna: 2137.67 kcal; Białko ogółem: 97.43 g; Tłuszcz: 69.14 g; Kw. tł. nasy.: 20.95 g; Węglowodany ogółem: 290.00 g; W tym cukry: 24.62 g; Błonnik pok.: 21.19 g; Sól: 1.51 g;	Wartość energetyczna: 2158.09 kcal; Białko ogółem: 94.02 g; Tłuszcz: 62.77 g; Kw. tł. nasy.: 19.20 g; Węglowodany ogółem: 312.38 g; W tym cukry: 61.64 g; Błonnik pok.: 19.92 g; Sól: 1.55 g;	Wartość energetyczna: 2195.85 kcal; Białko ogółem: 102.06 g; Tłuszcz: 68.56 g; Kw. tł. nasy.: 20.66 g; Węglowodany ogółem: 302.79 g; W tym cukry: 34.44 g; Błonnik pok.: 22.20 g; Sól: 1.65 g;	Wartość energetyczna: 2282.68 kcal; Białko ogółem: 85.55 g; Tłuszcz: 66.75 g; Kw. tł. nasy.: 27.58 g; Węglowodany ogółem: 344.75 g; W tym cukry: 75.50 g; Błonnik pok.: 20.69 g; Sól: 5.80 g;	Wartość energetyczna: 2142.81 kcal; Białko ogółem: 74.36 g; Tłuszcz: 54.10 g; Kw. tł. nasy.: 20.02 g; Węglowodany ogółem: 347.99 g; W tym cukry: 74.52 g; Błonnik pok.: 17.90 g; Sól: 4.83 g;	Wartość energetyczna: 2215.35 kcal; Białko ogółem: 85.88 g; Tłuszcz: 65.29 g; Kw. tł. nasy.: 25.26 g; Węglowodany ogółem: 329.88 g; W tym cukry: 91.39 g; Błonnik pok.: 19.16 g; Sól: 4.93 g;	Wartość energetyczna: 1978.78 kcal; Białko ogółem: 54.82 g; Tłuszcz: 39.90 g; Kw. tł. nasy.: 14.77 g; Węglowodany ogółem: 357.36 g; W tym cukry: 95.70 g; Błonnik pok.: 14.06 g; Sól: 3.50 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-03-15 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

		KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,niskolakt./m ix	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./-mi el.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoł.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona
2026-02-12 czwartek	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g (<u>MLE b/LAK.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Papka śn -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtusty b/laktozy 90 g (<u>MLE b/LAK.</u>) Mus z brzoskwiń 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtusty b/laktozy 60 g (<u>MLE b/LAK.</u>) Mus z brzoskwiń 50 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Mus z brzoskwiń 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 cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,33 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>)	Mus z jabłek () b/c 100 g Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml	Mus z jabłek () z/c 100 g Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</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	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 ziemniakami 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Budyń z wieporzowiny (bez pieprzu) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Grysikowa 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Budyń z wieporzowiny (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z tłuszczem 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Budyń z wieporzowiny (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Marchew gotowana z olejem 150 g Sos koperkowy (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Grysikowa 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Budyń z wieporzowiny (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Marchew gotowana z olejem 150 g Sos koperkowy (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem prażonym z/c 150 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 150 ml		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 150 ml		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml	
	Kolacja	Grysikowa () 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Papka kol () -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Pasta warzywna () 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% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 75 g (<u>MLE.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Pasta warzywna () 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>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Pasta warzywna () 70 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g Woda mineralna niegazowana 250 ml
		Wartość energetyczna: 989.10 kcal; Białko ogółem: 34.08 g; Tłuszcz: 14.06 g; Kw. tł. nasy.: 5.34 g; Węglowodany ogółem: 185.25 g; W tym cukry: 33.41 g; Błonnik pok.: 7.83 g; Sól: 1.90 g;	Wartość energetyczna: 2102.24 kcal; Białko ogółem: 94.69 g; Tłuszcz: 70.74 g; Kw. tł. nasy.: 22.24 g; Węglowodany ogółem: 282.60 g; W tym cukry: 36.07 g; Błonnik pok.: 24.23 g; Sól: 1.43 g;	Wartość energetyczna: 2002.52 kcal; Białko ogółem: 88.74 g; Tłuszcz: 59.82 g; Kw. tł. nasy.: 18.46 g; Węglowodany ogółem: 288.32 g; W tym cukry: 78.08 g; Błonnik pok.: 22.97 g; Sól: 1.43 g;	Wartość energetyczna: 2053.12 kcal; Białko ogółem: 104.00 g; Tłuszcz: 67.50 g; Kw. tł. nasy.: 20.45 g; Węglowodany ogółem: 269.38 g; W tym cukry: 37.39 g; Błonnik pok.: 25.09 g; Sól: 1.59 g;	Wartość energetyczna: 2243.57 kcal; Białko ogółem: 95.35 g; Tłuszcz: 57.63 g; Kw. tł. nasy.: 25.50 g; Węglowodany ogółem: 347.37 g; W tym cukry: 86.17 g; Błonnik pok.: 22.56 g; Sól: 5.58 g;	Wartość energetyczna: 2136.90 kcal; Białko ogółem: 76.78 g; Tłuszcz: 46.35 g; Kw. tł. nasy.: 18.41 g; Węglowodany ogółem: 364.49 g; W tym cukry: 80.18 g; Błonnik pok.: 22.86 g; Sól: 4.93 g;	Wartość energetyczna: 2153.98 kcal; Białko ogółem: 84.03 g; Tłuszcz: 61.05 g; Kw. tł. nasy.: 26.46 g; Węglowodany ogółem: 328.22 g; W tym cukry: 92.25 g; Błonnik pok.: 23.90 g; Sól: 4.78 g;	Wartość energetyczna: 2040.29 kcal; Białko ogółem: 52.70 g; Tłuszcz: 39.15 g; Kw. tł. nasy.: 15.97 g; Węglowodany ogółem: 378.55 g; W tym cukry: 102.41 g; Błonnik pok.: 18.78 g; Sól: 3.77 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-03-15 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

		KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,niskolakt./m ix	KRK- NAR II B Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR II C Papkowata/niskowęglowodanowa/- mix	KRK- NAR III Niskoresztkowa,niskolaktózowa- mielona	KRK- NAR III A Zapieraj./niskoresztk.,niskolakt./-mi el.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żół.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona
2026-02-13 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>)	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>) Twaróg półtusty 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	Galaretką o smaku pomarańczowym z owocami 200 g Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Galaretką o smaku pomarańczowym z owocami 200 g		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml	Galaretką o smaku pomarańczowym z owocami 150 g Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)		Galaretką o smaku pomarańczowym z owocami 150 g Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Galaretką o smaku pomarańczowym z owocami 150 g Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)
	Obiad	Grycikowa 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 (Dorsz) (bez pieprzu) 100 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku (bez pieprzu) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Sos jarzynowy (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)	Ryżowa 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Pulpet z ryby (Dorsz) (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Sos jarzynowy (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)	Krupnik jęczmienny 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki z tłuszczeniem gotowane 150 g Ryba pieczona (Dorsz) (bez pieprzu) 80 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku (bez pieprzu) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Sos jarzynowy (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)	Ryżowa 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Pulpet z ryby (Dorsz) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml Sos jarzynowy (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)
	PD	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Koktajl bananowy 250 ml (<u>MLE.</u>)		Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Koktajl bananowy 250 ml (<u>MLE.</u>)		Banan 100 g	Banan 200 g
	Kolacja	Grycikowa 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 z koperkiem 90 g (<u>JAJ, MLE.</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>) Pasta z białek z koperkiem 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Jabłko pieczone 150 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z białek z koperkiem 80 g (<u>JAJ, MLE.</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>) Dżem 60 g Woda mineralna niegazowana 250 ml
		Wartość energetyczna: 1013.27 kcal; Białko ogółem: 37.61 g; Tłuszcz: 14.87 g; Kw. tł. nasy.: 3.06 g; Węglowodany ogółem: 184.65 g; W tym cukry: 11.91 g; Błonnik pok.: 6.51 g; Sól: 1.92 g;	Wartość energetyczna: 2227.60 kcal; Białko ogółem: 100.09 g; Tłuszcz: 70.96 g; Kw. tł. nasy.: 22.07 g; Węglowodany ogółem: 306.45 g; W tym cukry: 50.67 g; Błonnik pok.: 22.34 g; Sól: 1.62 g;	Wartość energetyczna: 2248.02 kcal; Białko ogółem: 96.68 g; Tłuszcz: 64.59 g; Kw. tł. nasy.: 20.32 g; Węglowodany ogółem: 328.83 g; W tym cukry: 87.70 g; Błonnik pok.: 21.07 g; Sól: 1.65 g;	Wartość energetyczna: 2112.47 kcal; Białko ogółem: 99.88 g; Tłuszcz: 70.04 g; Kw. tł. nasy.: 21.99 g; Węglowodany ogółem: 280.09 g; W tym cukry: 37.42 g; Błonnik pok.: 22.45 g; Sól: 1.76 g;	Wartość energetyczna: 2434.90 kcal; Białko ogółem: 99.78 g; Tłuszcz: 64.41 g; Kw. tł. nasy.: 27.96 g; Węglowodany ogółem: 373.91 g; W tym cukry: 112.79 g; Błonnik pok.: 21.43 g; Sól: 4.77 g;	Wartość energetyczna: 2223.66 kcal; Białko ogółem: 79.02 g; Tłuszcz: 52.60 g; Kw. tł. nasy.: 19.01 g; Węglowodany ogółem: 370.77 g; W tym cukry: 106.79 g; Błonnik pok.: 25.62 g; Sól: 4.94 g;	Wartość energetyczna: 2246.19 kcal; Białko ogółem: 88.86 g; Tłuszcz: 66.10 g; Kw. tł. nasy.: 29.52 g; Węglowodany ogółem: 334.06 g; W tym cukry: 124.27 g; Błonnik pok.: 21.75 g; Sól: 3.95 g;	Wartość energetyczna: 2088.86 kcal; Białko ogółem: 52.79 g; Tłuszcz: 36.84 g; Kw. tł. nasy.: 13.11 g; Węglowodany ogółem: 398.69 g; W tym cukry: 136.78 g; Błonnik pok.: 24.86 g; Sól: 4.25 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-03-15 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

		KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,niskolakt./m ix	KRK- NAR II B Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR II C Papkowata/niskowęglowodanowa/- mix	KRK- NAR III Niskoresztkowa,niskolaktózowa- mielona	KRK- NAR III A Zapieraj./niskoresztk.,niskolakt./-mi el.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żół.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona
2026-02-14 sobota	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g (<u>MLE b/LAK.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Papka śn -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ JAJ, SOJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 75 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Dżem 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Dżem 50 g	Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</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	Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,66 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Mus z jabłek () z/c 100 g Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,66 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Mus z jabłek () z/c 100 g Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)	Mus z jabłek () b/c 100 g Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)	Mus z jabłek () z/c 100 g Biskopity 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	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa (bez pieprzu) () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki oprószone () 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Mięso wieprzowe mielone w sosie wł (bez pieprzu) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko z tłuszczem 150 g Potrawka drobiowa (bez pieprzu) () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki oprószone () 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Mięso wieprzowe mielone w sosie wł (bez pieprzu) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Galaretką jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (<u>MLE.</u>) Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Galaretką jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (<u>MLE.</u>)		Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	Galaretką jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (<u>MLE.</u>)			
	Kolacja	Grysikowa () 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Papka kol () -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka dębowa łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 75 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR.</u>) Pasta z jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () (bez pieprzu) 70 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka dębowa łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR.</u>) Pasta z jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () (bez pieprzu) 70 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka dębowa łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR.</u>) Pasta z jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () (bez pieprzu) 70 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g Woda mineralna niegazowana 250 ml
		Wartość energetyczna: 1000.52 kcal; Białko ogółem: 43.77 g; Tłuszcz: 18.31 g; Kw. tł. nasy.: 7.74 g; Węglowodany ogółem: 167.99 g; W tym cukry: 7.02 g; Błonnik pok.: 7.18 g; Sól: 1.99 g;	Wartość energetyczna: 2050.93 kcal; Białko ogółem: 99.57 g; Tłuszcz: 72.48 g; Kw. tł. nasy.: 24.75 g; Węglowodany ogółem: 260.81 g; W tym cukry: 23.59 g; Błonnik pok.: 23.45 g; Sól: 1.52 g;	Wartość energetyczna: 2011.89 kcal; Białko ogółem: 92.75 g; Tłuszcz: 60.69 g; Kw. tł. nasy.: 18.94 g; Węglowodany ogółem: 283.80 g; W tym cukry: 60.62 g; Błonnik pok.: 22.20 g; Sól: 1.48 g;	Wartość energetyczna: 2044.52 kcal; Białko ogółem: 101.80 g; Tłuszcz: 69.11 g; Kw. tł. nasy.: 22.08 g; Węglowodany ogółem: 265.42 g; W tym cukry: 38.41 g; Błonnik pok.: 24.30 g; Sól: 1.70 g;	Wartość energetyczna: 2461.82 kcal; Białko ogółem: 86.12 g; Tłuszcz: 66.46 g; Kw. tł. nasy.: 26.59 g; Węglowodany ogółem: 391.26 g; W tym cukry: 85.07 g; Błonnik pok.: 24.21 g; Sól: 7.36 g;	Wartość energetyczna: 2591.61 kcal; Białko ogółem: 95.46 g; Tłuszcz: 80.12 g; Kw. tł. nasy.: 24.90 g; Węglowodany ogółem: 384.67 g; W tym cukry: 79.46 g; Błonnik pok.: 25.85 g; Sól: 6.53 g;	Wartość energetyczna: 2284.55 kcal; Białko ogółem: 82.49 g; Tłuszcz: 63.02 g; Kw. tł. nasy.: 26.68 g; Węglowodany ogółem: 356.39 g; W tym cukry: 90.49 g; Błonnik pok.: 21.79 g; Sól: 5.97 g;	Wartość energetyczna: 2432.06 kcal; Białko ogółem: 77.24 g; Tłuszcz: 63.18 g; Kw. tł. nasy.: 20.57 g; Węglowodany ogółem: 399.51 g; W tym cukry: 98.85 g; Błonnik pok.: 22.70 g; Sól: 3.82 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-03-15 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

		KRK- NAR I A Płynna modyfikowana	KRK- NAR II A Papkowata/niskoresztk.,niskolakt./m ix	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./-mi el.	KRK- NAR III B Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoł.miel.	KRK- NAR III D Zapierająca dziecięca- mielona
2026-02-15 niedziela	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g (<u>MLE b/LAK.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Papka śn -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Papka śn -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 75 g (<u>MLE.</u>) Jabłka prażone b/c 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Jabłka prażone b/c 50 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Jabłka prażone b/c 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem prażonym z/c 150 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem prażonym z/c 150 ml		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem prażonym b/c 150 ml	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem prażonym z/c 150 ml			
	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	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta (bez pieprzu) 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Mięso wieprzowe mielone w sosie wł (bez pieprzu) 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane () 150 g Gulasz wieprzowy- dieta (bez pieprzu) 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Mięso wieprzowe mielone w sosie wł (bez pieprzu) 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)							Jabłko pieczone 150 g
Kolacja		Grysikowa () 450 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Papka kol () -NAR 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka kol () -NAR 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,66 szt (<u>MLE b/LAK.</u>) Mus z ananasa 50 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,5 szt (<u>MLE b/LAK.</u>) Mus z ananasa 50 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Mus z ananasa 50 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g Woda mineralna niegazowana 250 ml
		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: 1930.19 kcal; Białko ogółem: 90.43 g; Tłuszcz: 68.62 g; Kw. tł. nasy.: 19.65 g; Węglowodany ogółem: 248.08 g; W tym cukry: 36.07 g; Błonnik pok.: 21.43 g; Sól: 1.52 g;	Wartość energetyczna: 1964.57 kcal; Białko ogółem: 87.48 g; Tłuszcz: 62.51 g; Kw. tł. nasy.: 17.90 g; Węglowodany ogółem: 272.84 g; W tym cukry: 73.09 g; Błonnik pok.: 20.17 g; Sól: 1.55 g;	Wartość energetyczna: 1974.77 kcal; Białko ogółem: 95.88 g; Tłuszcz: 68.91 g; Kw. tł. nasy.: 19.85 g; Węglowodany ogółem: 253.59 g; W tym cukry: 34.24 g; Błonnik pok.: 22.25 g; Sól: 1.69 g;	Wartość energetyczna: 2242.74 kcal; Białko ogółem: 95.77 g; Tłuszcz: 67.30 g; Kw. tł. nasy.: 27.30 g; Węglowodany ogółem: 324.23 g; W tym cukry: 79.35 g; Błonnik pok.: 22.60 g; Sól: 5.56 g;	Wartość energetyczna: 2270.81 kcal; Białko ogółem: 96.50 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 23.19 g; Węglowodany ogółem: 321.76 g; W tym cukry: 74.61 g; Błonnik pok.: 22.60 g; Sól: 5.42 g;	Wartość energetyczna: 2136.87 kcal; Białko ogółem: 88.47 g; Tłuszcz: 62.46 g; Kw. tł. nasy.: 24.97 g; Węglowodany ogółem: 316.41 g; W tym cukry: 103.28 g; Błonnik pok.: 23.49 g; Sól: 4.77 g;	Wartość energetyczna: 2202.44 kcal; Białko ogółem: 69.60 g; Tłuszcz: 61.12 g; Kw. tł. nasy.: 19.56 g; Węglowodany ogółem: 355.88 g; W tym cukry: 125.31 g; Błonnik pok.: 24.69 g; Sól: 4.42 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,