

	KRK- NAR IV D02 Łatwo strawna	KRK- NAR IVB D08 Niskobiałkowa	KRK- NAR IVT D05 Z ograniczeniem tłuszczu	KRK- NAR V D03/M O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych	KRK- NAR VI D03 ogr.latw.przys.węglow.-podstaw.	KRK- NAR VIA D03/D02 Z ogr.latw.przysw.węglow.-latwostr. z ogr.tł.	KRK- NAR VIB C03 Z ogr.latw.przys.węglow./Kob.cież.	
2026-04-13 poniedziałek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 25 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g Jabłka prażone b/c 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Kasza manna na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb Graham 75 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek kiszony 50 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Chleb Graham 90 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek kiszony 50 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek kiszony 50 g Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <b>GLU PSZ, PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek kiszony 50 g Salata zielona 10 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml
		II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml	Galaretka o smaku cytrynowym 150 g		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ) Pomidor 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
2026-04-13 poniedziałek	Obiad	Dyniowa z ziemniakami 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 350 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Sos bazylkowy (bez pieprzu)* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem 150 g ( <b>SEL, PSZ, SEL</b> ) Kompotowocowy* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez soli) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Pulpet drobiowy (bez soli i pieprzu) 40g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos pietruszkowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Marchew oprószana z olejem 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompotowocowy* z/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez pieprzu) 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g ( <b>SEL, PSZ, SEL</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 150 g ( <b>SEL, PSZ, SEL</b> ) Kompotowocowy* z/c 300 ml	Fasolowa z ziemniakami 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 350 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos bazylkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g ( <b>SEL, PSZ, SEL</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g ( <b>SEL, PSZ, SEL</b> ) Kompotowocowy* z/c 300 ml	Fasolowa z ziemniakami 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos bazylkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g ( <b>SEL, PSZ, SEL</b> ) Kompotowocowy* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos bazylkowy (bez pieprzu)* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g ( <b>SEL, PSZ, SEL</b> ) Marchew oprószana z olejem 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompotowocowy* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami 200 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Makaron pełnoziarnisty 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 90 g ( <b>JAJ</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g ( <b>SEL, PSZ, SEL</b> ) Kompotowocowy* b/c 300 ml
		PD			Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g ( <b>MLE</b> )	Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo. naturalny 40 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 5 g Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml		
2026-04-13 poniedziałek	Kolejka	Chleb mieszany pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 20 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ) Dżem 25 g Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb Graham 75 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ) Pomidor 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb Graham 90 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 20 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ) Pomidor 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 20 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ) Salata zielona 10 g Banan 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml
		PN	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> )	Biskopki b/ml 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 25 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 25 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 5 g	Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 25 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 5 g
		Wartość energetyczna: 2404.00 kcal; Białko ogółem: 89.71 g; Tłuszcz: 59.92 g; Kw. tł. nasy.: 26.82 g; Węglowodany ogółem: 366.61 g; W tym cukry: 78.69 g; Błonnik pok.: 24.43 g; Sód: 2787.15 mg;	Wartość energetyczna: 1896.35 kcal; Białko ogółem: 36.61 g; Tłuszcz: 65.01 g; Kw. tł. nasy.: 25.84 g; Węglowodany ogółem: 305.87 g; W tym cukry: 73.21 g; Błonnik pok.: 22.43 g; Sód: 805.69 mg;	Wartość energetyczna: 2286.67 kcal; Białko ogółem: 95.97 g; Tłuszcz: 52.70 g; Kw. tł. nasy.: 20.33 g; Węglowodany ogółem: 371.44 g; W tym cukry: 89.33 g; Błonnik pok.: 20.08 g; Sód: 2462.84 mg;	Wartość energetyczna: 2285.83 kcal; Białko ogółem: 97.18 g; Tłuszcz: 60.16 g; Kw. tł. nasy.: 17.93 g; Węglowodany ogółem: 368.35 g; W tym cukry: 89.65 g; Błonnik pok.: 33.82 g; Sód: 2909.46 mg;	Wartość energetyczna: 2018.51 kcal; Białko ogółem: 102.87 g; Tłuszcz: 63.31 g; Kw. tł. nasy.: 24.56 g; Węglowodany ogółem: 292.02 g; W tym cukry: 29.71 g; Błonnik pok.: 39.60 g; Sód: 2823.50 mg;	Wartość energetyczna: 1887.24 kcal; Białko ogółem: 86.14 g; Tłuszcz: 56.08 g; Kw. tł. nasy.: 20.87 g; Węglowodany ogółem: 277.78 g; W tym cukry: 29.60 g; Błonnik pok.: 25.03 g; Sód: 2851.75 mg;	Wartość energetyczna: 1895.64 kcal; Białko ogółem: 96.88 g; Tłuszcz: 76.14 g; Kw. tł. nasy.: 31.34 g; Węglowodany ogółem: 218.11 g; W tym cukry: 53.22 g; Błonnik pok.: 21.23 g; Sód: 2685.34 mg;

	KRK- NAR IV D02 Łatwo strawna	KRK- NAR IVB D08 Niskobiałkowa	KRK- NAR IVT D05 Z ograniczeniem tłuszczu	KRK- NAR V D03/M O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych	KRK- NAR VI D03 ogr.latw.przys.węglow.-podstaw.	KRK- NAR VIA D03/D02 Z ogr.latw.przysw.węglow.-latwostr.z ogr.tł.	KRK- NAR VIB C03 Z ogr.latw.przys.węglow./Kob.cięż.
Śniadanie	Kefir 2% tł 200 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek 60 g (MLE) Miód (25g) 2 szt Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE) Twarożek 30 g (MLE) Miód (25g) 2 szt Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Kefir 2% tł 200 ml (MLE) Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 60 g (MLE) Miód (25g) 2 szt Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kefir 2% tł 200 ml (MLE) Chleb Graham 75 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Twarożek 60 g (MLE) Miód (25g) 1 szt Pomidor koktajlowy 50 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 90 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Pomidor koktajlowy 50 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb pełnoziarnisty 45 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Pomidor koktajlowy 50 g Salata zielona 10 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml
	II ŚN		Jabłko pieczone 150 g		Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Chleb pełnoziarnisty 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
Obiad	Brokułowa z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko z tłuszczem 200 g (GLU JECZ.) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny (bez pieprzu) 100 ml (GLU PSZ, PSZ.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Szynka wieprzowa gotowana 40 g Sos własny (bez soli i pieprzu) 100 ml (GLU PSZ, PSZ.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem (bez soli) 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny (bez pieprzu) 100 ml (GLU PSZ, PSZ.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny (bez pieprzu) 100 ml (GLU PSZ, PSZ.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko z tłuszczem 200 g (GLU JECZ.) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Surowka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny (bez pieprzu) 100 ml (GLU PSZ, PSZ.) Seler z marchewką gotowany z natką z olejem 100 g (GLU PSZ, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 100 g (GLU JECZ.) Surowka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml
	PD				Kisiel o smaku pomarańczowym z jabłkiem prażonym b/c 150 ml		Chleb pełnoziarnisty 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane k M 1 szt (JAJ.) Salata zielona 5 g Salatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka 100 g (SEL.) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 25 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ.) Pomidor b/skórki 50 g Dżem 30 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ.) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb Graham 75 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka 100 g (SEL.) Rzodkiew biała 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb Graham 90 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka 100 g (SEL.) Rzodkiew biała 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ.) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb pełnoziarnisty 45 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka 100 g (SEL.) Rzodkiew biała 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml
	PN		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt		Pieczyczo chrupkie ekstrudowane-żytnie 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Salata zielona 5 g	Pieczyczo chrupkie żytnie, kefir (pieczywo chrupkie 25g, kefir 100ml, masło 5g) 1 szt (MLE)
	Wartość energetyczna: 2158.98 kcal; Białko ogółem: 81.30 g; Tłuszcz: 55.54 g; Kw. tł. nasy.: 25.58 g; Węglowodany ogółem: 351.14 g; W tym cukry: 116.06 g; Błonnik pok.: 22.06 g; Sód: 2344.50 mg;	Wartość energetyczna: 1964.44 kcal; Białko ogółem: 40.02 g; Tłuszcz: 53.76 g; Kw. tł. nasy.: 22.74 g; Węglowodany ogółem: 344.08 g; W tym cukry: 123.95 g; Błonnik pok.: 25.12 g; Sód: 782.73 mg;	Wartość energetyczna: 2165.46 kcal; Białko ogółem: 90.53 g; Tłuszcz: 43.95 g; Kw. tł. nasy.: 19.79 g; Węglowodany ogółem: 366.64 g; W tym cukry: 131.73 g; Błonnik pok.: 21.08 g; Sód: 2012.30 mg;	Wartość energetyczna: 1978.09 kcal; Białko ogółem: 84.79 g; Tłuszcz: 51.16 g; Kw. tł. nasy.: 17.30 g; Węglowodany ogółem: 319.02 g; W tym cukry: 96.58 g; Błonnik pok.: 26.13 g; Sód: 2330.75 mg;	Wartość energetyczna: 1814.07 kcal; Białko ogółem: 85.90 g; Tłuszcz: 52.49 g; Kw. tł. nasy.: 21.36 g; Węglowodany ogółem: 277.73 g; W tym cukry: 43.61 g; Błonnik pok.: 34.13 g; Sód: 2405.51 mg;	Wartość energetyczna: 1758.19 kcal; Białko ogółem: 82.26 g; Tłuszcz: 48.04 g; Kw. tł. nasy.: 18.33 g; Węglowodany ogółem: 268.27 g; W tym cukry: 40.60 g; Błonnik pok.: 26.78 g; Sód: 2590.54 mg;	Wartość energetyczna: 1885.17 kcal; Białko ogółem: 97.80 g; Tłuszcz: 76.85 g; Kw. tł. nasy.: 32.68 g; Węglowodany ogółem: 213.38 g; W tym cukry: 69.84 g; Błonnik pok.: 20.67 g; Sód: 2040.02 mg;

	KRK- NAR IV D02 Łatwo strawna	KRK- NAR IVB D08 Niskobiałkowa	KRK- NAR IVT D05 Z ograniczeniem tłuszczu	KRK- NAR V D03/M O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych	KRK- NAR VI D03 ogr.latw.przys.węglow.-podstaw.	KRK- NAR VIA D03/D02 Z ogr.latw.przysw.węglow.-latwostr.z ogr.tł.	KRK- NAR VIB C03 Z ogr.latw.przys.węglow./Kob.cięż.
Śniadanie	Platki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Platki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Platki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW</b> ) Chleb Graham 75 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE</b> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Chleb Graham 90 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml
	II ŚN	Banan 200 g			Kefir 2% tł 200 ml ( <b>MLE</b> )		Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
Obiad	Jarzynowa z makaronem dieta 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Pulpet drobiowy (bez pieprzu) 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos pietruszkowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Marchew oprószana z olejem 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompotowocowy* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez soi) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Pulpet drobiowy (bez soi i pieprzu) 40 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos pietruszkowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Marchew oprószana z olejem 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompotowocowy* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem -dieta b/brokula i kalafiora 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Pulpet drobiowy (bez pieprzu) 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos pietruszkowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Marchew oprószana z olejem 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompotowocowy* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem dieta 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Pulpet drobiowy (bez pieprzu) 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos pietruszkowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Marchew oprószana z olejem 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompotowocowy* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem dieta 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos pietruszkowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Surówka z marchwi i chrzanu b/c 100 g ( <b>MLE, SO2</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompotowocowy* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem -dieta b/brokula i kalafiora 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Pulpet drobiowy (bez pieprzu) 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos pietruszkowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Marchew oprószana z olejem 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompotowocowy* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem dieta 200 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 100 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 90 g ( <b>JAJ</b> ) Marchew oprószana z olejem 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml
	PD				Fasolka szparagowa z wody* 200 g		Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ) Sałata zielona 5 g Surówka z marchwi i chrzanu b/c 100 g ( <b>MLE, SO2</b> )
Kolejka	Chleb mieszany pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 25 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 30 g Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Chleb Graham 75 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Chleb Graham 90 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 20 g Banan 100 g
	PN	Wafle kukurydziane 30 g			Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 25 g ( <b>MLE</b> ) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 25 g ( <b>MLE</b> ) Sałata zielona 5 g	Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 25 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 50 g
	Wartość energetyczna: 2181.32 kcal; Białko ogółem: 86.87 g; Tłuszcz: 67.70 g; Kw. tł. nasy.: 29.43 g; Węglowodany ogółem: 298.79 g; W tym cukry: 68.25 g; Błonnik pok.: 21.77 g; Sód: 3153.02 mg;	Wartość energetyczna: 2032.67 kcal; Białko ogółem: 39.30 g; Tłuszcz: 63.59 g; Kw. tł. nasy.: 25.71 g; Węglowodany ogółem: 314.76 g; W tym cukry: 112.92 g; Błonnik pok.: 24.07 g; Sód: 931.55 mg;	Wartość energetyczna: 2291.86 kcal; Białko ogółem: 94.83 g; Tłuszcz: 51.87 g; Kw. tł. nasy.: 20.90 g; Węglowodany ogółem: 352.69 g; W tym cukry: 110.37 g; Błonnik pok.: 23.12 g; Sód: 2688.30 mg;	Wartość energetyczna: 2060.94 kcal; Białko ogółem: 91.32 g; Tłuszcz: 58.72 g; Kw. tł. nasy.: 17.56 g; Węglowodany ogółem: 290.79 g; W tym cukry: 67.42 g; Błonnik pok.: 25.18 g; Sód: 3300.66 mg;	Wartość energetyczna: 1794.09 kcal; Białko ogółem: 94.26 g; Tłuszcz: 59.39 g; Kw. tł. nasy.: 25.89 g; Węglowodany ogółem: 248.74 g; W tym cukry: 33.42 g; Błonnik pok.: 30.98 g; Sód: 3280.29 mg;	Wartość energetyczna: 1743.23 kcal; Białko ogółem: 86.98 g; Tłuszcz: 51.39 g; Kw. tł. nasy.: 19.53 g; Węglowodany ogółem: 252.50 g; W tym cukry: 34.87 g; Błonnik pok.: 26.08 g; Sód: 3111.95 mg;	Wartość energetyczna: 1876.37 kcal; Białko ogółem: 99.57 g; Tłuszcz: 77.72 g; Kw. tł. nasy.: 33.70 g; Węglowodany ogółem: 207.27 g; W tym cukry: 58.47 g; Błonnik pok.: 19.64 g; Sód: 3286.96 mg;

	KRK- NAR IV D02 Łatwo strawna	KRK- NAR IVB D08 Niskobiałkowa	KRK- NAR IVT D05 Z ograniczeniem tłuszczu	KRK- NAR V D03/M O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych	KRK- NAR VI D03 ogr.latw.przys.węglow.-podstaw.	KRK- NAR VIA D03/D02 Z ogr.latw.przysw.węglow.-latwostr.z ogr.tł.	KRK- NAR VIB C03 Z ogr.latw.przys.węglow./Kob.cięż.
Śniadanie	Platki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, OW, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100g ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 30 g Pomidor b/skórki 50 g Rukola 10 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 40 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 30 g Pomidor b/skórki 50 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU, PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Chleb Graham 75 g ( <b>GLU, PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 50 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb Graham 90 g ( <b>GLU, PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 50 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <b>GLU, PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 60 g Jabłko 150 g Pomidor 50 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml
	II ŚN	Biskopki b/ml 30 g ( <b>GLU, PSZ, JAJ.</b> )			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <b>GLU, PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
Obiad	Ziemiaczana 400 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g ( <b>SEL, GLU, JECZ.</b> ) Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml ( <b>GLU, PSZ</b> ) Brokuł gotowany* 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Ziemiaczana (bez mleka) 400 ml ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU, JECZ.</b> ) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 40 g Sos pomidorowy (bez soli i pieprzu) 100 ml ( <b>GLU, PSZ</b> ) Cukinia pieczona z olejem (bez soli i pieprzu)* 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Ziemiaczana 400 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU, JECZ.</b> ) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml ( <b>GLU, PSZ</b> ) Brokuł gotowany* 150 g Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Ziemiaczana 400 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g ( <b>SEL, GLU, JECZ.</b> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU, PSZ</b> ) Brokuł gotowany* 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami 400 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU, JECZ.</b> ) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 80 g Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU, PSZ</b> ) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g ( <b>SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml	Ziemiaczana 400 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU, JECZ.</b> ) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml ( <b>GLU, PSZ</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml	Ziemiaczana 200 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 100 g ( <b>GLU, JECZ.</b> ) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 90 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g ( <b>SEL.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml
	PD				Mandarynka 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <b>GLU, PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 5 g Surówka z marchwi b/c 100 g ( <b>MLE</b> )
Kolejka	Chleb mieszany pszenno-żytni 100g ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g ( <b>GLU, PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</b> ) Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 25 g ( <b>GLU, PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</b> ) Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU, PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g ( <b>GLU, PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</b> ) Salatka jarzynowa - dieta 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Salata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Chleb Graham 75 g ( <b>GLU, PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g ( <b>GLU, PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</b> ) Salatka jarzynowa 100 g ( <b>JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Salata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Chleb Graham 90 g ( <b>GLU, PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g ( <b>GLU, PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</b> ) Salatka jarzynowa 100 g ( <b>JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Salata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g ( <b>GLU, PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</b> ) Salatka jarzynowa - dieta 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Salata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <b>GLU, PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g ( <b>GLU, PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</b> ) Salatka jarzynowa 100 g ( <b>JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Mandarynka 150 g
	PN	Sok warzywny 0,3l 1 szt ( <b>SEL</b> )			Pieczony chrupki ekstrudowane-żytnie 25 g ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Salata zielona 5 g	Pieczony chrupki żytnie, kefir (pieczywo chrupkie 25g, kefir 200ml, masło 5g) 1 szt ( <b>MLE</b> )
	Wartość energetyczna: 2249.63 kcal; Białko ogółem: 93.16 g; Tłuszcz: 65.61 g; Kw. tł. nasy.: 27.22 g; Węglowodany ogółem: 344.94 g; W tym cukry: 81.00 g; Błonnik pok.: 29.51 g; Sód: 4004.79 mg;	Wartość energetyczna: 1861.76 kcal; Białko ogółem: 42.63 g; Tłuszcz: 57.35 g; Kw. tł. nasy.: 21.87 g; Węglowodany ogółem: 307.62 g; W tym cukry: 64.16 g; Błonnik pok.: 22.59 g; Sód: 2035.11 mg;	Wartość energetyczna: 2011.06 kcal; Białko ogółem: 92.22 g; Tłuszcz: 43.91 g; Kw. tł. nasy.: 15.60 g; Węglowodany ogółem: 327.21 g; W tym cukry: 67.40 g; Błonnik pok.: 18.55 g; Sód: 3392.83 mg;	Wartość energetyczna: 2035.59 kcal; Białko ogółem: 86.02 g; Tłuszcz: 67.00 g; Kw. tł. nasy.: 16.88 g; Węglowodany ogółem: 300.88 g; W tym cukry: 68.92 g; Błonnik pok.: 30.99 g; Sód: 3784.03 mg;	Wartość energetyczna: 1939.06 kcal; Białko ogółem: 92.29 g; Tłuszcz: 59.90 g; Kw. tł. nasy.: 23.16 g; Węglowodany ogółem: 286.90 g; W tym cukry: 38.59 g; Błonnik pok.: 34.13 g; Sód: 2897.62 mg;	Wartość energetyczna: 1827.57 kcal; Białko ogółem: 87.51 g; Tłuszcz: 47.99 g; Kw. tł. nasy.: 17.58 g; Węglowodany ogółem: 282.63 g; W tym cukry: 40.14 g; Błonnik pok.: 26.94 g; Sód: 2833.74 mg;	Wartość energetyczna: 1963.40 kcal; Białko ogółem: 101.05 g; Tłuszcz: 84.04 g; Kw. tł. nasy.: 33.91 g; Węglowodany ogółem: 215.39 g; W tym cukry: 59.39 g; Błonnik pok.: 22.27 g; Sód: 3498.24 mg;

	KRK- NAR IV D02 Łatwo strawna	KRK- NAR IVB D08 Niskobiałkowa	KRK- NAR IVT D05 Z ograniczeniem tłuszczu	KRK- NAR V D03M O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych	KRK- NAR VI D03 ogr.latw.przys.węglow.-podstaw.	KRK- NAR VIA D03/D02 Z ogr.latw.przysw.węglow.-latwostr.z ogr.tł.	KRK- NAR VIB C03 Z ogr.latw.przys.węglow./Kob.cięż.	
2026-04-17 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek 60 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 10 g	Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek 40 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko pieczone 150 g Miód (25g) 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Salata zielona 10 g	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Bulka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek 60 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 10 g	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Chleb Graham 75 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek 60 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 150 g Salata zielona 10 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Chleb Graham 90 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek 60 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 50 g Salata zielona 10 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek 60 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g	Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Necówka-wędlina średnio rozdrobniona, wp. pieczona 50 g ( <u>GLU PSZ, może zawierać: JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Pomidor 50 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Salata zielona 10 g
		Kisiel o smaku pomarańczowym z jabłkiem prażonym z/c 150 ml				Jabłko 150 g	Kisiel o smaku pomarańczowym z jabłkiem prażonym b/c 150 ml	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Twaróg półtłusty 50 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 5 g
	Obiad	Szpinakowa z zacierką 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Sos koperkowy (bez pieprzu) 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Bukiet jarzyn oprószone z olejem 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kompotowocowy* z/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką (bez soli) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Pulpet rybny (Miruna) (bez soli i pieprzu) 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Sos koperkowy (bez pieprzu i soli) 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Bukiet jarzyn oprószone z olejem 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kompotowocowy* z/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Sos koperkowy (bez pieprzu) 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Bukiet jarzyn oprószone z olejem 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kompotowocowy* z/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Bukiet jarzyn oprószone z olejem 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kompotowocowy* z/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Bukiet jarzyn oprószone z olejem 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Sos koperkowy (bez pieprzu) 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Bukiet jarzyn oprószone z olejem 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kompotowocowy* b/c 300 ml	Szpinakowa z makaronem (bez glutenu) 200 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane 100 g Pulpet rybny (Miruna) (bez glutenu) 90 g ( <u>JAJ, RYB</u> ) Salata zielona z kefirem 50 g ( <u>MLE</u> ) Bukiet jarzyn oprószone z olejem 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kompotowocowy* b/c 300 ml
		Kefir 2% tł 200 ml ( <u>MLE</u> )						Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 25 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 50 g
	Kolejka	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki- dieta 80g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Pomidor b/skórki 50 g Dzemu 30 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u> ) Pomidor b/skórki 50 g Dzemu 30 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bulka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z białek, twarogu z natką pietruszki 80 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb Graham 75 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z białek, twarogu z natką pietruszki 80 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Pomidor 50 g Salata zielona 10 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb Graham 90 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki- dieta 80g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Pomidor 50 g Salata zielona 10 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z białek, twarogu z natką pietruszki 80 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki- dieta 80g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Banan 100 g Salata zielona 10 g
		Banan 200 g				Chleb Graham 30g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 5g ( <u>MLE</u> ) Twaróg półtłusty 25g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 5g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 5g ( <u>MLE</u> ) Twaróg półtłusty 25g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 5g	Chleb pełnoziarnisty 30g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 5g ( <u>MLE</u> ) Twaróg półtłusty 25g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 5g
	PN	Wartość energetyczna: 2386.05 kcal; Białko ogółem: 86.52 g; Tłuszcz: 70.38 g; Kw. tł. nasy.: 30.95 g; Węglowodany ogółem: 369.96 g; W tym cukry: 121.62 g; Błonnik pok.: 25.69 g; Sód: 2530.91 mg;	Wartość energetyczna: 2101.61 kcal; Białko ogółem: 39.64 g; Tłuszcz: 65.93 g; Kw. tł. nasy.: 26.44 g; Węglowodany ogółem: 351.52 g; W tym cukry: 137.41 g; Błonnik pok.: 26.50 g; Sód: 695.10 mg;	Wartość energetyczna: 2375.29 kcal; Białko ogółem: 96.70 g; Tłuszcz: 54.98 g; Kw. tł. nasy.: 22.30 g; Węglowodany ogółem: 388.35 g; W tym cukry: 134.38 g; Błonnik pok.: 23.47 g; Sód: 2008.56 mg;	Wartość energetyczna: 2296.26 kcal; Białko ogółem: 95.23 g; Tłuszcz: 62.41 g; Kw. tł. nasy.: 19.70 g; Węglowodany ogółem: 363.31 g; W tym cukry: 122.69 g; Błonnik pok.: 29.49 g; Sód: 2295.83 mg;	Wartość energetyczna: 1881.86 kcal; Białko ogółem: 90.06 g; Tłuszcz: 64.23 g; Kw. tł. nasy.: 27.14 g; Węglowodany ogółem: 262.39 g; W tym cukry: 50.74 g; Błonnik pok.: 29.33 g; Sód: 2194.87 mg;	Wartość energetyczna: 1724.85 kcal; Białko ogółem: 85.51 g; Tłuszcz: 52.95 g; Kw. tł. nasy.: 21.19 g; Węglowodany ogółem: 240.97 g; W tym cukry: 32.30 g; Błonnik pok.: 18.50 g; Sód: 2329.47 mg;	Wartość energetyczna: 2055.22 kcal; Białko ogółem: 92.73 g; Tłuszcz: 100.87 g; Kw. tł. nasy.: 41.19 g; Węglowodany ogółem: 204.79 g; W tym cukry: 56.76 g; Błonnik pok.: 17.23 g; Sód: 2312.18 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-13 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

	KRK- NAR IV D02 Łatwo strawna	KRK- NAR IVB D08 Niskobiałkowa	KRK- NAR IVT D05 Z ograniczeniem tłuszczu	KRK- NAR V D03/M O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych	KRK- NAR VI D03 ogr.latw.przys.węglow.-podstaw.	KRK- NAR VIA D03/D02 Z ogr.latw.przysw.węglow.-latwostr.z ogr.tł.	KRK- NAR VIB C03 Z ogr.latw.przys.węglow./Kob.cież.	
2026-04-18 sobota	Śniadanie	Kefir 2% tł 200 ml ( <b>MLE</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*dieta 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g	Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*dieta 40 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Dżem 30 g Salata zielona 10 g	Kefir 2% tł 200 ml ( <b>MLE</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Bulka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g	Kefir 2% tł 200 ml ( <b>MLE</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb Graham 75 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Pomidor 50 g Salata zielona 10 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb Graham 90 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Pomidor 50 g Salata zielona 10 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g	Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Banan 100 g Salata zielona 10 g
			Biskopki b/ml 30 g ( <b>GLUPSZ, JAJ.</b> )	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )		Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Salata zielona 5 g
	Obiad	Koperkowa z ryżem (bez soli) 400 ml ( <b>MLE, SEL, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Gulasz wieprzowy- dieta (bez pieprzu) 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Koperkowa z ryżem (bez soli) 400 ml ( <b>MLE, SEL, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos jarzynowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Koperkowa z ryżem 400 ml ( <b>MLE, SEL, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Gulasz wieprzowy- dieta (bez pieprzu) 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Koperkowa z ryżem 400 ml ( <b>MLE, SEL, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem 400 ml ( <b>MLE, SEL, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos jarzynowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem 200 ml ( <b>MLE, SEL, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane 100 g Gulasz wieprzowy (bez glutenu) 150 g Buraczki gotowane drobno tarte b/c 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml	
	PD				Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml ( <b>MLE</b> )		Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 50 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g	
	Kolejka	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</b> ) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem (bez pieprzu) 70 g ( <b>SEL.</b> ) Salata zielona 10 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</b> ) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem (bez pieprzu) 70 g ( <b>SEL.</b> ) Miód (25g) 1 szt Salata zielona 10 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb Graham 75 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</b> ) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem (bez pieprzu) 70 g ( <b>SEL.</b> ) Salata zielona 10 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb Graham 90 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</b> ) Ogórek kiszony 50 g Salata zielona 10 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</b> ) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem (bez pieprzu) 70 g ( <b>SEL.</b> ) Salata zielona 10 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</b> ) Jabłko 150 g Ogórek kiszony 50 g Salata zielona 10 g	
	PN	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt			Pieczynko chrupkie ekstrudowane-żytnie 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 25 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 25 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 20 g	Pieczynko chrupkie żytnie, kefir (pieczywo chrupkie 25g, kefir 200ml, masło 5g) 1 szt ( <b>MLE</b> )	
		Wartość energetyczna: 2138.35 kcal; Białko ogółem: 82.02 g; Tłuszcz: 77.76 g; Kw. tł. nasy.: 31.41 g; Węglowodany ogółem: 298.07 g; W tym cukry: 82.61 g; Błonnik pok.: 21.28 g; Sód: 2799.51 mg;	Wartość energetyczna: 1998.70 kcal; Białko ogółem: 40.24 g; Tłuszcz: 72.18 g; Kw. tł. nasy.: 27.55 g; Węglowodany ogółem: 311.51 g; W tym cukry: 96.70 g; Błonnik pok.: 21.61 g; Sód: 808.65 mg;	Wartość energetyczna: 1901.50 kcal; Białko ogółem: 90.73 g; Tłuszcz: 44.34 g; Kw. tł. nasy.: 19.84 g; Węglowodany ogółem: 301.15 g; W tym cukry: 84.44 g; Błonnik pok.: 17.85 g; Sód: 2765.30 mg;	Wartość energetyczna: 2040.87 kcal; Białko ogółem: 85.08 g; Tłuszcz: 63.47 g; Kw. tł. nasy.: 18.09 g; Węglowodany ogółem: 310.72 g; W tym cukry: 83.47 g; Błonnik pok.: 27.91 g; Sód: 2517.20 mg;	Wartość energetyczna: 2057.52 kcal; Białko ogółem: 96.67 g; Tłuszcz: 69.62 g; Kw. tł. nasy.: 29.24 g; Węglowodany ogółem: 289.06 g; W tym cukry: 41.18 g; Błonnik pok.: 30.11 g; Sód: 2890.41 mg;	Wartość energetyczna: 1760.88 kcal; Białko ogółem: 89.02 g; Tłuszcz: 48.90 g; Kw. tł. nasy.: 19.65 g; Węglowodany ogółem: 260.65 g; W tym cukry: 43.18 g; Błonnik pok.: 22.40 g; Sód: 3312.03 mg;	Wartość energetyczna: 1981.40 kcal; Białko ogółem: 92.29 g; Tłuszcz: 79.70 g; Kw. tł. nasy.: 32.42 g; Węglowodany ogółem: 240.22 g; W tym cukry: 71.85 g; Błonnik pok.: 23.84 g; Sód: 2456.04 mg;

	KRK- NAR IV D02 Łatwo strawna	KRK- NAR IVB D08 Niskobiałkowa	KRK- NAR IVT D05 Z ograniczeniem tłuszczu	KRK- NAR V D03/M O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych	KRK- NAR VI D03 ogr.latw.przys.węglow.-podstaw.	KRK- NAR VIA D03/D02 Z ogr.latw.przysw.węglow.-latwostr.z ogr.tł.	KRK- NAR VIB C03 Z ogr.latw.przys.węglow./Kob.cięż.	
2026-04-19 niedziela	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 60g ( <b>MLE</b> ) Jabłko pieczone 150g Jogurt truskawkowy 100g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 10g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb bezglutenowy 100g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ</b> ) Masło extra 82% 20g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 30g ( <b>MLE</b> ) Jabłko pieczone 150g Salata zielona 10g	Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Bulka pszenna długa krojona 100g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 60g ( <b>MLE</b> ) Jabłko pieczone 150g Jogurt truskawkowy 100g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 10g	Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Chleb Graham 75g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 60g ( <b>MLE</b> ) Jabłko pieczone 150g Jogurt truskawkowy 100g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 10g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Chleb Graham 90g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 60g ( <b>MLE</b> ) Papryka konserwowa 50g Salata zielona 10g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 60g ( <b>MLE</b> ) Papryka konserwowa 50g Salata zielona 10g	Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 50g ( <b>MLE</b> ) Papryka konserwowa 50g Jabłko 150g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb pełnoziarnisty 45g ( <b>GLU PSZ</b> ) Salata zielona 10g
	II ŚN	Wafle ryżowe 30g			Wafle ryżowe 30g		Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb pełnoziarnisty 30g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ) Pomidor 50g	
	Obiad	Rosół z makaronem 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200g Udko gotowane 1szt. 210g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 150g ( <b>SEL</b> ) Kompotowocowy* z/c 300 ml	Gryskowa (bez soli) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200g Potrawka drobiowa (bez pieprzu i soli) 80g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem 150g ( <b>SEL</b> ) Kompotowocowy* z/c 300 ml	Gryskowa 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200g Potrawka drobiowa (bez pieprzu) 150g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem 150g ( <b>SEL</b> ) Kompotowocowy* z/c 300 ml	Rosół z makaronem 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200g Udko gotowane 1szt. 210g Kompotowocowy* z/c 300 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem 150g ( <b>SEL</b> )	Rosół z makaronem 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL</b> ) Udko gotowane 1szt. 210g Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200g Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 100g Sznajki (liście) gotowane z olejem* 100g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompotowocowy* b/c 300 ml	Rosół z makaronem 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL</b> ) Potrawka drobiowa (bez pieprzu) 150g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100g ( <b>SEL</b> ) Sznajki (liście) gotowane z olejem* 100g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompotowocowy* b/c 300 ml	Rosół z makaronem 200 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL</b> ) Udko gotowane 1szt. 210g Ziemniaki gotowane 100g Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 100g Sznajki (liście) gotowane z olejem* 100g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompotowocowy* b/c 300 ml
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 150 ml			Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 150 ml		Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100g ( <b>SEL</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb pełnoziarnisty 30g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 50g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 5g	
	Kolacja	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE</b> ) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50g Pomidor b/skórki 50g Salata zielona 10g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb bezglutenowy 100g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE</b> ) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 30g Pomidor b/skórki 50g Dżem 30g Salata zielona 10g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bulka pszenna długa krojona 100g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50g Pomidor b/skórki 50g Salata zielona 10g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb Graham 75g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15g ( <b>MLE</b> ) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50g Pomidor 50g Salata zielona 10g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb Graham 90g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50g Pomidor 50g Salata zielona 10g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10g ( <b>MLE</b> ) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50g Pomidor b/skórki 50g Salata zielona 10g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 45g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Banana 100g Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50g Salata zielona 10g
	PN	Biszkopty b/c 30g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )			Chleb Graham 30g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ) Salata zielona 5g		Chleb mieszany pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 5g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ) Salata zielona 5g	Chleb pełnoziarnisty 30g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ) Salata zielona 5g
		Wartość energetyczna: 2449.78 kcal; Białko ogółem: 116.21 g; Tłuszcz: 90.89 g; Kw. tł. nasy.: 35.99 g; Węglowodany ogółem: 309.12 g; W tym cukry: 72.48 g; Błonnik pok.: 22.99 g; Sód: 3164.69 mg;	Wartość energetyczna: 1920.36 kcal; Białko ogółem: 39.86 g; Tłuszcz: 64.36 g; Kw. tł. nasy.: 26.48 g; Węglowodany ogółem: 309.65 g; W tym cukry: 70.23 g; Błonnik pok.: 26.09 g; Sód: 999.59 mg;	Wartość energetyczna: 2038.03 kcal; Białko ogółem: 81.92 g; Tłuszcz: 44.26 g; Kw. tł. nasy.: 17.68 g; Węglowodany ogółem: 343.46 g; W tym cukry: 76.13 g; Błonnik pok.: 23.31 g; Sód: 2478.28 mg;	Wartość energetyczna: 2333.64 kcal; Białko ogółem: 120.64 g; Tłuszcz: 81.96 g; Kw. tł. nasy.: 24.14 g; Węglowodany ogółem: 302.40 g; W tym cukry: 73.15 g; Błonnik pok.: 26.82 g; Sód: 2965.83 mg;	Wartość energetyczna: 2205.90 kcal; Białko ogółem: 125.64 g; Tłuszcz: 84.71 g; Kw. tł. nasy.: 32.82 g; Węglowodany ogółem: 261.32 g; W tym cukry: 29.30 g; Błonnik pok.: 26.14 g; Sód: 3024.30 mg;	Wartość energetyczna: 1846.88 kcal; Białko ogółem: 82.78 g; Tłuszcz: 49.57 g; Kw. tł. nasy.: 18.33 g; Węglowodany ogółem: 286.43 g; W tym cukry: 47.57 g; Błonnik pok.: 25.41 g; Sód: 3007.90 mg;	Wartość energetyczna: 2350.16 kcal; Białko ogółem: 137.11 g; Tłuszcz: 114.90 g; Kw. tł. nasy.: 46.65 g; Węglowodany ogółem: 204.64 g; W tym cukry: 53.59 g; Błonnik pok.: 18.98 g; Sód: 3540.47 mg;

	KRK- NAR IV D02 Łatwo strawna	KRK- NAR IVB D08 Niskobiałkowa	KRK- NAR IVT D05 Z ograniczeniem tłuszczu	KRK- NAR V D03/M O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych	KRK- NAR VI D03 ogr.latw.przys.węglow.-podstaw.	KRK- NAR VIA D03/D02 Z ogr.latw.przysw.węglow.-latwostr. z ogr.tł.	KRK- NAR VIB C03 Z ogr.latw.przys.węglow./Kob.cięż.
Śniadanie	Platki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Dżem 30 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Salata strzebiasta czerwona 10 g	Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Dżem 30 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Salata strzebiasta czerwona 10 g	Platki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Salata strzebiasta czerwona 10 g	Platki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW</b> ) Chleb Graham 75 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE</b> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Ogórek kiszony 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Salata strzebiasta czerwona 10 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Chleb Graham 90 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Ogórek kiszony 50 g Salata strzebiasta czerwona 10 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Salata strzebiasta czerwona 10 g	Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Ogórek kiszony 50 g Mandarynka 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Salata strzebiasta czerwona 10 g
II ŚN		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem prażonym z/c 150 ml			Mandarynka 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ) Salata zielona 5 g
Obiad	Wielowarzynna z ziemniakami 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ryż na sypko z tłuszczem 200 g Mus z jabłek () z/c 150 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <b>MLE</b> ) Kompotowocowy* z/c 300 ml	Wielowarzynna z ziemniakami (bez soli) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ryż na sypko z tłuszczem (bez soli) 200 g Mus z jabłek () z/c 150 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <b>MLE</b> ) Kompotowocowy* z/c 300 ml	Wielowarzynna z ziemniakami 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 150 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <b>MLE</b> ) Kompotowocowy* z/c 300 ml	Wielowarzynna z ziemniakami 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ryż na sypko z tłuszczem (brązowy) 200 g Pulpet wieprzowy 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, PSZ, JAJ</b> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, PSZ</b> ) Marchew oprószana z olejem 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Surowka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g ( <b>MLE</b> ) Kompotowocowy* b/c 300 ml	Wielowarzynna z ziemniakami 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy (bez pieprzu) 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, PSZ, JAJ</b> ) Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Marchew oprószana z olejem 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml	Wielowarzynna z ziemniakami 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 100 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu i pieprzu) 90 g ( <b>JAJ</b> ) Surowka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g ( <b>MLE</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml	
PD					Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Marchew oprószana z olejem 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 50 g	
Kolejka	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 30 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb Graham 75 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu i papryki 70 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 10 g Pomidor 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb Graham 90 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu i papryki 70 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 10 g Pomidor 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 50 g Salata zielona 10 g
PN	Mus owocowo-warzynny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Biszkopty b/c 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )	Mus owocowo-warzynny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mandarynka 150 g	Pieczewo chrupkie ekstrudowane-żytnie 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 25 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 25 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 5 g	Pieczewo chrupkie żytnie, kefir(pieczewo chrupkie 25g, kefir 200ml, masło 5g) 1 szt ( <b>MLE</b> )
	Wartość energetyczna: 2169.89 kcal; Białko ogółem: 70.25 g; Tłuszcz: 58.13 g; Kw. tł. nasy.: 27.35 g; Węglowodany ogółem: 363.12 g; W tym cukry: 78.33 g; Błonnik pok.: 23.28 g; Sód: 2380.44 mg;	Wartość energetyczna: 1941.43 kcal; Białko ogółem: 30.82 g; Tłuszcz: 53.94 g; Kw. tł. nasy.: 21.29 g; Węglowodany ogółem: 349.34 g; W tym cukry: 83.57 g; Błonnik pok.: 21.67 g; Sód: 405.29 mg;	Wartość energetyczna: 2182.64 kcal; Białko ogółem: 75.93 g; Tłuszcz: 43.40 g; Kw. tł. nasy.: 21.47 g; Węglowodany ogółem: 390.37 g; W tym cukry: 100.21 g; Błonnik pok.: 20.90 g; Sód: 1880.94 mg;	Wartość energetyczna: 2065.59 kcal; Białko ogółem: 73.00 g; Tłuszcz: 50.64 g; Kw. tł. nasy.: 18.61 g; Węglowodany ogółem: 358.44 g; W tym cukry: 91.75 g; Błonnik pok.: 28.05 g; Sód: 2504.10 mg;	Wartość energetyczna: 1988.65 kcal; Białko ogółem: 91.65 g; Tłuszcz: 65.37 g; Kw. tł. nasy.: 26.21 g; Węglowodany ogółem: 286.96 g; W tym cukry: 38.55 g; Błonnik pok.: 34.54 g; Sód: 2777.75 mg;	Wartość energetyczna: 1912.09 kcal; Białko ogółem: 86.03 g; Tłuszcz: 57.97 g; Kw. tł. nasy.: 21.96 g; Węglowodany ogółem: 278.03 g; W tym cukry: 39.89 g; Błonnik pok.: 21.83 g; Sód: 2667.13 mg;	Wartość energetyczna: 1976.02 kcal; Białko ogółem: 102.39 g; Tłuszcz: 90.09 g; Kw. tł. nasy.: 39.98 g; Węglowodany ogółem: 199.00 g; W tym cukry: 46.55 g; Błonnik pok.: 19.64 g; Sód: 2920.13 mg;

	KRK- NAR IV D02 Łatwo strawna	KRK- NAR IVB D08 Niskobiałkowa	KRK- NAR IVT D05 Z ograniczeniem tłuszczu	KRK- NAR V D03/M O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych	KRK- NAR VI D03 ogr.latw.przys.węglow.-podstaw.	KRK- NAR VIA D03/D02 Z ogr.latw.przysw.węglow.-latwostr.z ogr.tł.	KRK- NAR VIB C03 Z ogr.latw.przys.węglow./Kob.cież.
Śniadanie	Kefir 2% tł 200 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 50g ( <b>MLE</b> ) Pomidor b/skórki 50g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Rukola 10g	Chleb bezglutenowy 100g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 25g ( <b>MLE</b> ) Pomidor b/skórki 50g Miód (25g) 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Rukola 10g	Kefir 2% tł 200 ml ( <b>MLE</b> ) Bulka pszenna długa krojona 100g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 50g ( <b>MLE</b> ) Pomidor b/skórki 50g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Rukola 10g	Kefir 2% tł 200 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb Graham 75g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 50g ( <b>MLE</b> ) Rzodkiew biała 50g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Rukola 10g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb Graham 90g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 50g ( <b>MLE</b> ) Rzodkiew biała 50g Rukola 10g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 50g ( <b>MLE</b> ) Rzodkiew biała 50g Pomidor b/skórki 50g Rukola 10g	Chleb pełnoziarnisty 45g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 50g ( <b>MLE</b> ) Rzodkiew biała 50g Jabłko 150g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Rukola 10g
	II ŚN	Podplomyki b/c 20g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )			Podplomyki b/c 20g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )		Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb pełnoziarnisty 30g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 50g
Obiad	Solferino 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko z tłuszczem 200g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa (bez pieprzu) 80g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy (bez pieprzu) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane 150g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Solferino (bez soli) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa (bez pieprzu) 40g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy (bez pieprzu i soli) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane 150g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Solferino 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa (bez pieprzu) 80g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy (bez pieprzu) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane 150g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 80g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surowka z kapusty czerwonej z olejem 150g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko z tłuszczem 200g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 80g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Szpinak (liście) gotowany z olejem* 100g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surowka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100g Kompotowocowy* b/c 300 ml	Solferino 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa (bez pieprzu) 80g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy (bez pieprzu) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Szpinak (liście) gotowany z olejem* 100g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompotowocowy* b/c 300 ml	Solferino 200 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 100g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Klopsik wieprzowy (bez glutenu) 90g ( <b>JAJ.</b> ) Szpinak (liście) gotowany z olejem* 100g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surowka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100g Kompotowocowy* b/c 300 ml
	PD				Surowka z rzepy, jabłka i marchewki 200g ( <b>MLE.</b> )	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 150 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Surowka z rzepy, jabłka i marchewki 100g ( <b>MLE.</b> ) Chleb pełnoziarnisty 30g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 50g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 5g
Kolacja	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE</b> ) Ryba (dorsz) po grecku (bez pieprzu) 100g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Pomidor b/skórki 50g Salata zielona 10g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb bezglutenowy 100g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE</b> ) Ryba (dorsz) po grecku (bez pieprzu) 50g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Pomidor b/skórki 50g Dżem 30g Salata zielona 10g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bulka pszenna długa krojona 100g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Ryba (dorsz) po grecku (bez pieprzu) 100g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Pomidor b/skórki 50g Salata zielona 10g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb Graham 75g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15g ( <b>MLE</b> ) Ryba (dorsz) po grecku (bez pieprzu) 100g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Pomidor 50g Salata zielona 10g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb Graham 90g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 50g Salata zielona 10g Ryba (dorsz) po grecku (bez pieprzu) 100g ( <b>RYB, SEL.</b> )	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10g ( <b>MLE</b> ) Ryba (dorsz) po grecku (bez pieprzu) 100g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Pomidor b/skórki 50g Salata zielona 10g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb pełnoziarnisty 45g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Ryba (dorsz) po grecku (bez pieprzu) 100g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Banan 100g Salata zielona 10g
	PN		Banan 200g		Chleb Graham 30g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Salata zielona 5g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Salata zielona 5g	Chleb pełnoziarnisty 30g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Salata zielona 5g
	Wartość energetyczna: 2155.81 kcal; Białko ogółem: 88.92 g; Tłuszcz: 57.46 g; Kw. tł. nasy.: 24.23 g; Węglowodany ogółem: 331.35 g; W tym cukry: 70.12 g; Błonnik pok.: 23.92 g; Sód: 2649.31 mg;	Wartość energetyczna: 2001.67 kcal; Białko ogółem: 45.31 g; Tłuszcz: 47.60 g; Kw. tł. nasy.: 19.26 g; Węglowodany ogółem: 362.58 g; W tym cukry: 122.16 g; Błonnik pok.: 27.11 g; Sód: 674.85 mg;	Wartość energetyczna: 2212.81 kcal; Białko ogółem: 96.40 g; Tłuszcz: 43.42 g; Kw. tł. nasy.: 18.67 g; Węglowodany ogółem: 374.98 g; W tym cukry: 110.86 g; Błonnik pok.: 24.32 g; Sód: 2078.51 mg;	Wartość energetyczna: 2293.19 kcal; Białko ogółem: 100.99 g; Tłuszcz: 58.88 g; Kw. tł. nasy.: 16.86 g; Węglowodany ogółem: 371.21 g; W tym cukry: 105.18 g; Błonnik pok.: 38.93 g; Sód: 2323.55 mg;	Wartość energetyczna: 2115.76 kcal; Białko ogółem: 105.32 g; Tłuszcz: 60.77 g; Kw. tł. nasy.: 22.06 g; Węglowodany ogółem: 321.75 g; W tym cukry: 31.88 g; Błonnik pok.: 44.44 g; Sód: 2536.98 mg;	Wartość energetyczna: 1882.30 kcal; Białko ogółem: 87.27 g; Tłuszcz: 46.68 g; Kw. tł. nasy.: 17.12 g; Węglowodany ogółem: 296.52 g; W tym cukry: 38.66 g; Błonnik pok.: 24.53 g; Sód: 2601.50 mg;	Wartość energetyczna: 2016.18 kcal; Białko ogółem: 110.56 g; Tłuszcz: 81.34 g; Kw. tł. nasy.: 32.06 g; Węglowodany ogółem: 224.17 g; W tym cukry: 60.37 g; Błonnik pok.: 23.05 g; Sód: 2379.58 mg;

	KRK- NAR IV D02 Łatwo strawna	KRK- NAR IVB D08 Niskobiałkowa	KRK- NAR IVT D05 Z ograniczeniem tłuszczu	KRK- NAR V D03M O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych	KRK- NAR VI D03 ogr.latw.przys.węglow.-podstaw.	KRK- NAR VIA D03/D02 Z ogr.latw.przysw.węglow.-latwostr.z ogr.tł.	KRK- NAR VIB C03 Z ogr.latw.przys.węglow./Kob.cięż.
Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE</b> ) Serek homo. naturalny 80g ( <b>MLE</b> ) Jabłka prażone b/c 150g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Salata zielona 10g	Chleb bezglutenowy 100g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ</b> ) Masło extra 82% 20g ( <b>MLE</b> ) Serek homo. naturalny 40g ( <b>MLE</b> ) Jabłka prażone b/c 150g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300ml Salata zielona 10g	Kasza manna na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Bulka pszenna długa krojona 100g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Serek homo. naturalny 80g ( <b>MLE</b> ) Jabłka prażone b/c 150g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Salata zielona 10g	Kasza manna na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb Graham 75g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15g ( <b>MLE</b> ) Serek homo. naturalny 80g ( <b>MLE</b> ) Jabłka prażone b/c 150g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Salata zielona 10g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Chleb Graham 90g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Serek homo. naturalny 80g ( <b>MLE</b> ) Jabłka prażone b/c 150g Salata zielona 10g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Serek homo. naturalny 80g ( <b>MLE</b> ) Jabłka prażone b/c 150g Salata zielona 10g	Chleb pełnoziarnisty 45g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wiewprzowego 60g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ) Pomidor 50g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300ml Salata zielona 10g
	II ŚN		Jabłko pieczone 150g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250ml Chleb pełnoziarnisty 30g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Salata zielona 5g
Obiad	Grysiwka 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200g Filet z kurczaka gotowany 80g Sos bazyliowy (bez pieprzu) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kompotowocowy* z/c 300 ml Fasolka szparagowa z wody* 150g	Grysiwka (bez soli) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowanie 200g Filet z kurczaka gotowany 40g Sos bazyliowy (bez pieprzu) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kompotowocowy* z/c 300 ml Fasolka szparagowa z wody* 150g	Grysiwka 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200g Filet z kurczaka gotowany 80g Sos bazyliowy (bez pieprzu) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kompotowocowy* z/c 300 ml Fasolka szparagowa z wody* 150g	Grysiwka 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200g Filet z kurczaka gotowany 80g Sos bazyliowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100g Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100g Kompotowocowy* b/c 300 ml	Grysiwka 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200g Filet z kurczaka gotowany 80g Sos bazyliowy (bez pieprzu) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100g Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100g Kompotowocowy* b/c 300 ml	Grysiwka 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200g Filet z kurczaka gotowany 80g Sos bazyliowy (bez pieprzu) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100g Fasolka szparagowa z wody* 100g Kompotowocowy* b/c 300 ml	Grysiwka 200 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 100g Filet z kurczaka gotowany 90g Fasolka szparagowa z wody* 100g Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100g Kompotowocowy* b/c 300 ml
	PD				Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200g	Dynia duszona z olejem* (bez pieprzu) 200g ( <b>GLU PSZ</b> )	Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250ml Chleb pełnoziarnisty 30g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wiewprzowego 50g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ) Pomidor 50g
Kolejka	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</b> ) Pomidor b/skórki 50g Salata lodowa 10g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb bezglutenowy 100g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 25g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</b> ) Pomidor b/skórki 50g Dżem 25g Salata lodowa 10g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bulka pszenna długa krojona 100g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</b> ) Pomidor b/skórki 50g Salata lodowa 10g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb Graham 75g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15g ( <b>MLE</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</b> ) Ogórek kiszony 50g Salata lodowa 10g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb Graham 90g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</b> ) Ogórek kiszony 50g Salata lodowa 10g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10g ( <b>MLE</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</b> ) Pomidor b/skórki 50g Salata lodowa 10g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb pełnoziarnisty 45g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</b> ) Banan 100g Salata lodowa 10g Ogórek kiszony 50g
	PN	Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia 120g 1 szt	Biszkopty b/ml 30g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )	Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia 120g 1 szt		Pieczyczo chrupkie ekstrudowane-żytnie 25g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Masło extra 82% 5g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wiewprzowego 25g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ) Salata zielona 5g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 5g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wiewprzowego 25g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ) Salata zielona 5g
	Wartość energetyczna: 2101.15 kcal; Białko ogółem: 90.88 g; Tłuszcz: 53.36 g; Kw. tł. nasy.: 27.76 g; Węglowodany ogółem: 339.94 g; W tym cukry: 72.82 g; Błonnik pok.: 23.06 g; Sód: 2573.74 mg;	Wartość energetyczna: 1827.69 kcal; Białko ogółem: 41.19 g; Tłuszcz: 56.01 g; Kw. tł. nasy.: 25.00 g; Węglowodany ogółem: 310.79 g; W tym cukry: 62.95 g; Błonnik pok.: 26.31 g; Sód: 599.09 mg;	Wartość energetyczna: 2089.90 kcal; Białko ogółem: 102.66 g; Tłuszcz: 40.63 g; Kw. tł. nasy.: 20.94 g; Węglowodany ogółem: 350.28 g; W tym cukry: 75.20 g; Błonnik pok.: 20.27 g; Sód: 2154.30 mg;	Wartość energetyczna: 1980.69 kcal; Białko ogółem: 95.33 g; Tłuszcz: 44.38 g; Kw. tł. nasy.: 15.90 g; Węglowodany ogółem: 331.94 g; W tym cukry: 71.97 g; Błonnik pok.: 26.49 g; Sód: 2722.03 mg;	Wartość energetyczna: 1890.78 kcal; Białko ogółem: 97.65 g; Tłuszcz: 56.31 g; Kw. tł. nasy.: 25.05 g; Węglowodany ogółem: 287.24 g; W tym cukry: 29.48 g; Błonnik pok.: 35.11 g; Sód: 2817.75 mg;	Wartość energetyczna: 1819.82 kcal; Białko ogółem: 90.90 g; Tłuszcz: 46.98 g; Kw. tł. nasy.: 18.56 g; Węglowodany ogółem: 284.25 g; W tym cukry: 29.88 g; Błonnik pok.: 28.00 g; Sód: 2662.69 mg;	Wartość energetyczna: 1722.89 kcal; Białko ogółem: 100.35 g; Tłuszcz: 70.64 g; Kw. tł. nasy.: 30.75 g; Węglowodany ogółem: 187.73 g; W tym cukry: 52.11 g; Błonnik pok.: 15.27 g; Sód: 2923.55 mg;

	KRK- NAR IV D02 Łatwo strawna	KRK- NAR IVB D08 Niskobiałkowa	KRK- NAR IVT D05 Z ograniczeniem tłuszczu	KRK- NAR V D03/M O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych	KRK- NAR VI D03 ogr.latw.przys.węglow.-podstaw.	KRK- NAR VIA D03/D02 Z ogr.latw.przysw.węglow.-latwostr.z ogr.tł.	KRK- NAR VIB C03 Z ogr.latw.przys.węglow./Kob.cież.
Śniadanie	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Pomidor b/skórki 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Miód (25g) 1 szt Mix sałat 10 g Pomidor b/skórki 50 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Pomidor b/skórki 50 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chleb Graham 75 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Chleb Graham 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g Mix sałat 10 g Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g Mix sałat 10 g Pomidor b/skórki 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g Mix sałat 10 g Banan 100 g Pomidor 50 g
	II ŚN		Biskopki b/ml 30 g ( <u>GLUPSZ, JAJ.</u> )			Kefir 2% tł 200 ml ( <u>MLE</u> )	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Pomidor 50 g
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron z tłuszczem 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos mięsno warzywny (z mięsa wieprzowego) (bez pieprzu) 150 g ( <u>GLUPSZ, SEL.</u> ) Brokuł gotowany* 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez soli) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron bezglutenowy 200 g Sos mięsno warzywny (z mięsa wieprzowego) (bez pieprzu) 80 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Brokuł gotowany (bez soli)* 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos jarzynowy (bez pieprzu) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Brokuł gotowany* 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos mięsno warzywny (z mięsa wieprzowego) (bez pieprzu) 150 g ( <u>GLUPSZ, SEL.</u> ) Brokuł gotowany* 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron pełnoziarnisty z tłuszczem 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Zrazik wieprzowy pieczony mielony (bez pieprzu) 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g ( <u>SEL.</u> ) Kompotowocowy* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos jarzynowy (bez pieprzu) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Brokuł gotowany* 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron pełnoziarnisty 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Zrazik wieprzowy mielony (bez glutenu) 90 g ( <u>JAJ.</u> ) Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g ( <u>SEL.</u> ) Kompotowocowy* b/c 300 ml
	PD				Jabłko pieczone 150 g		Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Surówka z marchwi b/c 100 g ( <u>MLE</u> ) Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 5 g
Kolacja	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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, SOZ.</u> ) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SOZ.</u> ) Dżem 25 g Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SOZ.</u> ) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb Graham 75 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z ciecierzycy z warzywami* 80 g ( <u>SEL.</u> ) Pomidor 50 g Salata zielona 10 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb Graham 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z ciecierzycy z warzywami* 80 g ( <u>SEL.</u> ) Pomidor 50 g Salata zielona 10 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 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, SOZ.</u> ) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb pełnoziarnisty 45 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, SOZ.</u> ) Jabłko 150 g Salata zielona 10 g
	PN		Sok warzywny 0,3l 1 szt ( <u>SEL.</u> )		Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Filet zapiekany drobiowy 25 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Filet zapiekany drobiowy 25 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 5 g	Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Filet zapiekany drobiowy 25 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 5 g
	Wartość energetyczna: 2069.28 kcal; Białko ogółem: 81.65 g; Tłuszcz: 66.17 g; Kw. tł. nasy.: 24.12 g; Węglowodany ogółem: 303.64 g; W tym cukry: 67.68 g; Błonnik pok.: 20.83 g; Sód: 4476.19 mg;	Wartość energetyczna: 1988.28 kcal; Białko ogółem: 43.76 g; Tłuszcz: 63.39 g; Kw. tł. nasy.: 23.66 g; Węglowodany ogółem: 323.03 g; W tym cukry: 83.30 g; Błonnik pok.: 21.64 g; Sód: 1775.19 mg;	Wartość energetyczna: 1989.47 kcal; Białko ogółem: 99.29 g; Tłuszcz: 38.83 g; Kw. tł. nasy.: 15.42 g; Węglowodany ogółem: 323.05 g; W tym cukry: 68.62 g; Błonnik pok.: 16.67 g; Sód: 4004.85 mg;	Wartość energetyczna: 2072.17 kcal; Białko ogółem: 81.72 g; Tłuszcz: 65.51 g; Kw. tł. nasy.: 15.55 g; Węglowodany ogółem: 315.33 g; W tym cukry: 68.66 g; Błonnik pok.: 30.10 g; Sód: 3884.32 mg;	Wartość energetyczna: 2097.03 kcal; Białko ogółem: 91.22 g; Tłuszcz: 67.42 g; Kw. tł. nasy.: 22.53 g; Węglowodany ogółem: 311.05 g; W tym cukry: 48.92 g; Błonnik pok.: 35.02 g; Sód: 3076.19 mg;	Wartość energetyczna: 1815.13 kcal; Białko ogółem: 96.48 g; Tłuszcz: 42.89 g; Kw. tł. nasy.: 16.79 g; Węglowodany ogółem: 278.60 g; W tym cukry: 49.25 g; Błonnik pok.: 24.48 g; Sód: 3420.79 mg;	Wartość energetyczna: 1943.53 kcal; Białko ogółem: 105.30 g; Tłuszcz: 78.81 g; Kw. tł. nasy.: 31.76 g; Węglowodany ogółem: 215.26 g; W tym cukry: 59.49 g; Błonnik pok.: 20.81 g; Sód: 3054.17 mg;

	KRK- NAR IV D02 Łatwo strawna	KRK- NAR IVB D08 Niskobiałkowa	KRK- NAR IVT D05 Z ograniczeniem tłuszczu	KRK- NAR V D03/M O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych	KRK- NAR VI D03 ogr.latw.przys.węglow.-podstaw.	KRK- NAR VIA D03/D02 Z ogr.latw.przysw.węglow.-latwostr.z ogr.tł.	KRK- NAR VIB C03 Z ogr.latw.przys.węglow./Kob.cież.	
2026-04-24 piątek	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 60g ( <b>MLE</b> ) Miod (25g) 2 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Roszponka 10g Jabłko 150g	Chleb bezglutenowy 100g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 20g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 30g ( <b>MLE</b> ) Miod (25g) 2 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Roszponka 10g	Platki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW, PSZ</b> ) Bulka pszenna długa krojona 100g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 60g ( <b>MLE</b> ) Miod (25g) 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Roszponka 10g Jabłko pieczone 150g	Platki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW, PSZ</b> ) Chleb Graham 75g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 60g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 50g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Roszponka 10g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb Graham 90g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 60g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 50g Roszponka 10g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 60g ( <b>MLE</b> ) Pomidor b/skórki 50g Roszponka 10g	Chleb pełnoziarnisty 45g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol.kaw.mięsa 50g ( <b>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SOZ</b> ) Pomidor 50g Roszponka 10g Jabłko 150g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml
			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )			Maślanka 200 ml ( <b>MLE</b> )	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Chleb pełnoziarnisty 30g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ) Salata zielona 5g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
2026-04-24 piątek	Obiad	Ryżowa 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200g Ryba pieczona (bez pieprzu) (Dorsz) 80g ( <b>RYB</b> ) Marchew z groszkiem * 150g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Ryżowa (bez soli) 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200g Ryba pieczona (bez pieprzu) (Dorsz) 50g Marchew z groszkiem * 150g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Ryżowa 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200g Ryba pieczona (bez pieprzu) (Dorsz) 80g ( <b>RYB</b> ) Marchew z groszkiem * 150g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Kalaforowa z ryżem 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200g Ryba pieczona (Dorsz) 80g ( <b>RYB</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 100g Bukiet jarzyn oprószonej z olejem 100g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kompotowocowy* b/c 300 ml	Ryżowa 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200g Ryba pieczona (bez pieprzu) (Dorsz) 80g ( <b>RYB</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 100g Szpinak gotowany z olejem* 100g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Bukiet jarzyn oprószonej z olejem 100g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kompotowocowy* b/c 300 ml	Ryżowa 200 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 150g Ryba pieczona (Dorsz) 90g ( <b>RYB</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 100g Szpinak gotowany z olejem* 100g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompotowocowy* b/c 300 ml	
					Warzywa po grecku (bez cukru) 200g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )	Warzywa po grecku (bez cukru) 100g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Chleb pełnoziarnisty 30g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5g ( <b>MLE</b> ) Serek homo. naturalny 40g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 50g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml		
2026-04-24 piątek	Kolacja	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jajz koperkiem -dieta 80g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Pomidor b/skórki 50g Salata zielona 10g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb bezglutenowy 100g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE</b> ) Pasta z białek, twarogu z koperkiem 30g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Pomidor b/skórki 50g Jabłko pieczone 150g Salata zielona 10g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bulka pszenna długa krojona 100g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Pasta z białek, twarogu z koperkiem 80g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Pomidor b/skórki 50g Salata zielona 10g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb Graham 75g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15g ( <b>MLE</b> ) Pasta z białek, twarogu z koperkiem 80g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Ogórek kiszony 50g Salata zielona 10g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb Graham 90g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jajz koperkiem -dieta 80g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Ogórek kiszony 50g Salata zielona 10g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10g ( <b>MLE</b> ) Pasta z białek, twarogu z koperkiem 80g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Pomidor b/skórki 50g Salata zielona 10g	Chleb pełnoziarnisty 45g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jajz koperkiem -dieta 80g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Ogórek kiszony 50g Jabłko 150g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml
			Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			Pieczyczo chrupkie ekstrudowane-żytnie 25g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Masło extra 82% 5g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 25g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 20g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 25g ( <b>MLE</b> ) Pomidor b/skórki 20g	Pieczyczo chrupkie żytnie, kefir (pieczywo chrupkie 25g, kefir 200ml, masło 5g) 1 szt ( <b>MLE</b> )
	Wartość energetyczna: 2300.90 kcal; Białko ogółem: 83.67 g; Tłuszcz: 63.11 g; Kw. tł. nasy.: 30.34 g; Węglowodany ogółem: 369.54 g; W tym cukry: 124.02 g; Błonnik pok.: 27.60 g; Sód: 2431.38 mg;	Wartość energetyczna: 1914.88 kcal; Białko ogółem: 41.91 g; Tłuszcz: 61.25 g; Kw. tł. nasy.: 28.21 g; Węglowodany ogółem: 313.16 g; W tym cukry: 98.27 g; Błonnik pok.: 25.82 g; Sód: 623.05 mg;	Wartość energetyczna: 2316.35 kcal; Białko ogółem: 99.76 g; Tłuszcz: 51.34 g; Kw. tł. nasy.: 24.12 g; Węglowodany ogółem: 380.02 g; W tym cukry: 126.82 g; Błonnik pok.: 24.80 g; Sód: 1976.03 mg;	Wartość energetyczna: 1982.96 kcal; Białko ogółem: 92.15 g; Tłuszcz: 54.59 g; Kw. tł. nasy.: 19.04 g; Węglowodany ogółem: 305.99 g; W tym cukry: 72.06 g; Błonnik pok.: 28.67 g; Sód: 2541.60 mg;	Wartość energetyczna: 1891.09 kcal; Białko ogółem: 89.15 g; Tłuszcz: 67.27 g; Kw. tł. nasy.: 25.69 g; Węglowodany ogółem: 259.27 g; W tym cukry: 44.85 g; Błonnik pok.: 33.49 g; Sód: 2793.40 mg;	Wartość energetyczna: 1820.36 kcal; Białko ogółem: 88.68 g; Tłuszcz: 55.78 g; Kw. tł. nasy.: 19.52 g; Węglowodany ogółem: 260.12 g; W tym cukry: 45.31 g; Błonnik pok.: 27.25 g; Sód: 2430.14 mg;	Wartość energetyczna: 1857.25 kcal; Białko ogółem: 94.79 g; Tłuszcz: 76.65 g; Kw. tł. nasy.: 29.64 g; Węglowodany ogółem: 208.99 g; W tym cukry: 58.25 g; Błonnik pok.: 21.21 g; Sód: 2974.30 mg;	

	KRK- NAR IV D02 Łatwo strawna	KRK- NAR IVB D08 Niskobiałkowa	KRK- NAR IVT D05 Z ograniczeniem tłuszczu	KRK- NAR V D03/M O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych	KRK- NAR VI D03 ogr.latw.przys.węglow.-podstaw.	KRK- NAR VIA D03/D02 Z ogr.latw.przysw.węglow.-latwostr.z ogr.tł.	KRK- NAR VIB C03 Z ogr.latw.przys.węglow./Kob.cież.
Śniadanie	Kefir 2% tł 200 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pomidor b/skórki 50 g	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Mus z jabłek ( ) z/c 50 g Pomidor b/skórki 50 g	Kefir 2% tł 200 ml (MLE) Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pomidor b/skórki 50 g	Kefir 2% tł 200 ml (MLE) Chleb Graham 75 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb Graham 90 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Rukola 10 g Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Rukola 10 g Pomidor b/skórki 50 g	Masło extra 82% 10 g (MLE) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Rukola 10 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb pełnoziarnisty 45 g (GLU PSZ.) Pomidor 50 g
II ŚN		Wafle ryżowe 30 g	Banan 200 g		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb pełnoziarnisty 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 50 g
Obiad	Selerowa z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko z tłuszczem 200 g (GLU JECZ.) Potrawka drobiowa (bez pieprzu) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem (bez pieprzu) 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez soli) 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko z tłuszczem (bez soli) 200 g (GLU JECZ.) Kasza jęczmienna/sypko z tłuszczem (bez soli) 200 g (GLU JECZ.) Potrawka drobiowa (bez pieprzu) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Potrawka drobiowa (bez soli i pieprzu) 80 g (GLU PSZ, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem (bez soli i pieprzu) 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Potrawka drobiowa (bez pieprzu) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem (bez pieprzu) 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko z tłuszczem 200 g (GLU JECZ.) Potrawka drobiowa 150 g (GLU PSZ, SEL.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko z tłuszczem 200 g (GLU JECZ.) Potrawka drobiowa 150 g (GLU PSZ, SEL.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Potrawka drobiowa (bez pieprzu) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem (bez pieprzu) 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml Marchew gotowana z olejem 100 g	Selerowa z ziemniakami 200 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 100 g (GLU JECZ.) Potrawka drobiowa (bez glutenu) 150 g (SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g
PD					Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (MLE)		Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Surowka z marchwi b/c 100 g (MLE) Chleb pełnoziarnisty 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 25 g (MLE) Salata zielona 5 g
Kolejka	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Salatka z ryżu i brokułów- dieta 100 g (MLE, SEL.)	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Salata zielona 10 g Miód (25g) 1 szt	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Salatka z ryżu i brokułów- dieta 100 g (MLE, SEL.)	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb Graham 75 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Salatka z ryżu i brokułów 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.)	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb Graham 90 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 50 g Salata zielona 10 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem (bez pieprzu) 70 g (SEL.) Salata zielona 10 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb pełnoziarnisty 45 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 50 g Salata zielona 10 g
PN		Sok warzywno-owocowy tłoczony 0,33l 1 szt			Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 25 g (MLE) Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 25 g (MLE) Salata zielona 5 g	Chleb pełnoziarnisty 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 25 g (MLE) Salata zielona 5 g
	Wartość energetyczna: 2170.08 kcal; Białko ogółem: 78.31 g; Tłuszcz: 63.03 g; Kw. tł. nasy.: 25.46 g; Węglowodany ogółem: 347.55 g; W tym cukry: 95.17 g; Błonnik pok.: 24.93 g; Sód: 3026.26 mg;	Wartość energetyczna: 2033.14 kcal; Białko ogółem: 37.74 g; Tłuszcz: 63.38 g; Kw. tł. nasy.: 23.28 g; Węglowodany ogółem: 349.74 g; W tym cukry: 98.19 g; Błonnik pok.: 25.69 g; Sód: 771.24 mg;	Wartość energetyczna: 2293.28 kcal; Białko ogółem: 85.84 g; Tłuszcz: 51.78 g; Kw. tł. nasy.: 19.90 g; Węglowodany ogółem: 394.28 g; W tym cukry: 135.91 g; Błonnik pok.: 25.33 g; Sód: 2515.46 mg;	Wartość energetyczna: 2132.58 kcal; Białko ogółem: 82.13 g; Tłuszcz: 64.38 g; Kw. tł. nasy.: 17.50 g; Węglowodany ogółem: 337.83 g; W tym cukry: 95.54 g; Błonnik pok.: 28.49 g; Sód: 2829.85 mg;	Wartość energetyczna: 1883.93 kcal; Białko ogółem: 86.85 g; Tłuszcz: 59.96 g; Kw. tł. nasy.: 24.75 g; Węglowodany ogółem: 277.06 g; W tym cukry: 40.09 g; Błonnik pok.: 29.66 g; Sód: 3261.45 mg;	Wartość energetyczna: 1935.13 kcal; Białko ogółem: 83.97 g; Tłuszcz: 61.78 g; Kw. tł. nasy.: 22.44 g; Węglowodany ogółem: 280.79 g; W tym cukry: 45.80 g; Błonnik pok.: 27.88 g; Sód: 2952.73 mg;	Wartość energetyczna: 1806.62 kcal; Białko ogółem: 88.14 g; Tłuszcz: 78.65 g; Kw. tł. nasy.: 34.11 g; Węglowodany ogółem: 199.54 g; W tym cukry: 42.56 g; Błonnik pok.: 19.05 g; Sód: 3445.19 mg;

	KRK- NAR IV D02 Łatwo strawna	KRK- NAR IVB D08 Niskobiałkowa	KRK- NAR IVT D05 Z ograniczeniem tłuszczu	KRK- NAR V D03/M O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych	KRK- NAR VI D03 ogr.latw.przys.węglow.-podstaw.	KRK- NAR VIA D03/D02 Z ogr.latw.przysw.węglow.-latwostr.z ogr.tł.	KRK- NAR VIB C03 Z ogr.latw.przys.węglow./Kob.cięż.
Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 10 g	Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 40 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g Dżem 25 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 10 g	Chleb Graham 75 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 10 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb Graham 90 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 50 g Salata zielona 10 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g	Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 50 g Salata zielona 10 g
	II ŚN		Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem prażonym z/c 150 ml			Maślanka 200 ml ( <b>MLE</b> )	
Obiad	Pomidorowa z makaronem 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Schab gotowany 80 g Sos własny (bez pieprzu) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafor, brokuł)* 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Schab gotowany 40 g Sos własny (bez pieprzu i soli) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafor,brokuł) * 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Schab gotowany 80 g Sos własny (bez pieprzu) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Kompotowocowy* z/c 300 ml Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafor, brokuł)* 150 g	Pomidorowa z makaronem 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Schab gotowany 80 g Sos własny (bez pieprzu) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Schab gotowany 80 g Sos własny 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Schab gotowany 80 g Sos własny (bez pieprzu) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafor, brokuł)* 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem 200 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane 100 g Schab gotowany 90 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml
	PD				Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafor, brokuł)* 200 g	Jabłko pieczone 150 g Twaróg półtłusty 25 g ( <b>MLE</b> )	Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafor, brokuł)* 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Pieczywo myśliwska- wędlna wieprzowa 50 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 50 g
Kolacja	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 50 g	Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 25 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g Jabłka prażone b/c 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bulka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb Graham 75 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 10 g Pomidor 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb Graham 90 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 10 g Papryka konserwowa 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE</b> ) Banan 100 g Pomidor 50 g
	PN	Jabłko 150 g	Biszkopty b/ml 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Jabłko 150 g	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Pieczeń myśliwska- wędlna wieprzowa 25 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Pieczeń myśliwska- wędlna wieprzowa 25 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor b/skórki 20 g
	Wartość energetyczna: 1930.63 kcal; Białko ogółem: 88.75 g; Tłuszcz: 50.78 g; Kw. tł. nasy.: 24.89 g; Węglowodany ogółem: 297.54 g; W tym cukry: 73.38 g; Błonnik pok.: 23.20 g; Sód: 2395.55 mg;	Wartość energetyczna: 1860.40 kcal; Białko ogółem: 44.66 g; Tłuszcz: 57.00 g; Kw. tł. nasy.: 25.15 g; Węglowodany ogółem: 306.46 g; W tym cukry: 74.65 g; Błonnik pok.: 23.04 g; Sód: 759.96 mg;	Wartość energetyczna: 1936.93 kcal; Białko ogółem: 94.28 g; Tłuszcz: 33.92 g; Kw. tł. nasy.: 15.68 g; Węglowodany ogółem: 326.30 g; W tym cukry: 93.75 g; Błonnik pok.: 18.02 g; Sód: 1922.41 mg;	Wartość energetyczna: 1864.99 kcal; Białko ogółem: 92.60 g; Tłuszcz: 46.25 g; Kw. tł. nasy.: 13.34 g; Węglowodany ogółem: 294.30 g; W tym cukry: 76.56 g; Błonnik pok.: 27.12 g; Sód: 2173.89 mg;	Wartość energetyczna: 1967.25 kcal; Białko ogółem: 107.92 g; Tłuszcz: 67.83 g; Kw. tł. nasy.: 33.25 g; Węglowodany ogółem: 259.35 g; W tym cukry: 41.99 g; Błonnik pok.: 32.20 g; Sód: 3135.86 mg;	Wartość energetyczna: 1742.99 kcal; Białko ogółem: 100.28 g; Tłuszcz: 42.68 g; Kw. tł. nasy.: 17.07 g; Węglowodany ogółem: 256.30 g; W tym cukry: 49.44 g; Błonnik pok.: 22.45 g; Sód: 2667.86 mg;	Wartość energetyczna: 1951.53 kcal; Białko ogółem: 109.27 g; Tłuszcz: 84.21 g; Kw. tł. nasy.: 40.24 g; Węglowodany ogółem: 201.53 g; W tym cukry: 66.53 g; Błonnik pok.: 18.39 g; Sód: 2679.88 mg;

### **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,  
Sód - Sód,  
Sól - Sól,  
Potas - Potas,  
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,  
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,  
Ener z B. - % energii z białka,  
Ener. z T. - % energii z tłuszczu,  
Ener z W. - % energii z węglowodanów,  
W tym cukry - w tym cukry,  
WW - WW,