

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

		KRK- NAR Ia Płynna modyfikowana	KRK- NAR IIa D11/LA Papkowata/niskoresztk.,niskolakt./mi x	KRK- NAR IIb D11 Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR IIc D11/D03 Papkowata/niskowęglowodanowa/-mi x	KRK- NAR III D10/LA Niskoresztkowa,niskolakto- mielona	KRK- NAR IIIa D10/LA/M Zapieraj./niskoresztk.,niskolakt./-miel.	KRK- NAR IIIb D10/M Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoń.miel.	KRK- NAR IIIa/d P02/LA/M Zapierająca dziecięca- mielona	
2026-04-27 poniedziałek	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g (MLE b/LAK.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Papka śn -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Papka śn -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 75 g (MLE.) Dżem 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Dżem 50 g	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Dżem 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 60 g	
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml			Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	
	Obiad	Grysikowa 450 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob (-) -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob (-) -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Papka ob (-) -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane 200 g Pulpet drobiowy (bez pieprzu) 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Sos koperkowy (bez pieprzu) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)	Ryżowa 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane 200 g Pulpet drobiowy (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Sos koperkowy (bez pieprzu) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)	Brokułowa z ryżem 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 150 g Pulpet drobiowy (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy (bez pieprzu) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ryżowa 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane 200 g Pulpet drobiowy (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	
	PD	Koktajl bananowy (mleko bez laktozy) 200 ml (MLE, MLE b/LAK.)								
	Kolacja	Grysikowa 450 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Papka kol (-) -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Papka kol (-) -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Papka kol (-) -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 90 g (MLE.) Pasta warzywna (bez pieprzu) 70 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 70 g (MLE.) Pasta warzywna (bez pieprzu) 70 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 70 g (MLE.) Pasta warzywna (bez pieprzu) 70 g (SEL.) 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 Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 60 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	
	PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt							Jabłko pieczone 150 g	Wafle ryżowe 30 g
			Wartość energetyczna: 987.28 kcal; Białko ogółem: 34.94 g; Tłuszcz: 13.48 g; Kw. tł. nasy.: 5.07 g; Węglowodany ogółem: 185.86 g; W tym cukry: 33.31 g; Błonnik pok.: 7.65 g; Sód: 810.02 mg;	Wartość energetyczna: 1873.64 kcal; Białko ogółem: 84.67 g; Tłuszcz: 64.81 g; Kw. tł. nasy.: 19.81 g; Węglowodany ogółem: 250.69 g; W tym cukry: 41.75 g; Błonnik pok.: 22.46 g; Sód: 621.32 mg;	Wartość energetyczna: 1895.06 kcal; Białko ogółem: 81.25 g; Tłuszcz: 58.63 g; Kw. tł. nasy.: 18.06 g; Węglowodany ogółem: 272.63 g; W tym cukry: 78.25 g; Błonnik pok.: 20.08 g; Sód: 619.93 mg;	Wartość energetyczna: 1931.78 kcal; Białko ogółem: 88.73 g; Tłuszcz: 65.00 g; Kw. tł. nasy.: 19.99 g; Węglowodany ogółem: 260.97 g; W tym cukry: 48.14 g; Błonnik pok.: 22.13 g; Sód: 661.84 mg;	Wartość energetyczna: 2109.15 kcal; Białko ogółem: 88.35 g; Tłuszcz: 53.91 g; Kw. tł. nasy.: 21.51 g; Węglowodany ogółem: 333.22 g; W tym cukry: 91.80 g; Błonnik pok.: 20.60 g; Sód: 2239.60 mg;	Wartość energetyczna: 1958.32 kcal; Białko ogółem: 73.89 g; Tłuszcz: 42.64 g; Kw. tł. nasy.: 15.24 g; Węglowodany ogółem: 335.17 g; W tym cukry: 90.29 g; Błonnik pok.: 19.91 g; Sód: 2041.82 mg;	Wartość energetyczna: 2019.36 kcal; Białko ogółem: 80.42 g; Tłuszcz: 58.85 g; Kw. tł. nasy.: 26.01 g; Węglowodany ogółem: 306.24 g; W tym cukry: 109.87 g; Błonnik pok.: 21.62 g; Sód: 1878.57 mg;	Wartość energetyczna: 1886.38 kcal; Białko ogółem: 50.09 g; Tłuszcz: 34.48 g; Kw. tł. nasy.: 12.81 g; Węglowodany ogółem: 357.57 g; W tym cukry: 98.38 g; Błonnik pok.: 18.08 g; Sód: 1479.95 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

		KRK- NAR Ia Płynna modyfikowana	KRK- NAR IIa D11/LA Papkowata/niskoresztk.,niskolakt./mi x	KRK- NAR IIb D11 Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR IIc D11/D03 Papkowata/niskowęglowodanowa/-mi x	KRK- NAR III D10/LA Niskoresztkowa,niskolakto- mielona	KRK- NAR IIIa D10/LA/M Zapieraj./niskoresztk.,niskolakt./-miel.	KRK- NAR IIIb D10/M Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoń.miel.	KRK- NAR IIIa/d P02/LA/M Zapierająca dziecięca- mielona
2026-04-28 wtorek	Sniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g ( <u>MLE b/LAK.</u> )	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u> )	Papka śn -NAR 450 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Papka śn -NAR 500 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u> )	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 75 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Mus z jabłek () z/c 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Mus z jabłek () z/c 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Mus z jabłek () z/c 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 60 g
	II ŚN	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt ( <u>MLE b/LAK.</u> )	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt ( <u>MLE b/LAK.</u> )	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt ( <u>MLE b/LAK.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5g ( <u>MLE.</u> )	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Biszkopty b/ml 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )	
	Obiad	Grysikowa 450 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob () -NAR 500 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob () -NAR 450 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Papka ob () -NAR 500 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Solferino 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makarony 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Klopsik wieprzowy (bez pieprzu) mm 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos szpinakowy* (bez pieprzu) 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Dymia duszona z olejem (bez pieprzu)* 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Grysikowa 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ryż na sypko 200 g Klopsik wieprzowy (bez pieprzu) mm 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos szpinakowy* (bez pieprzu) 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Dymia duszona z olejem (bez pieprzu)* 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Solferino 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makarony z tłuszczem 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Klopsik wieprzowy (bez pieprzu) mm 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos szpinakowy* (bez pieprzu) 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Dymia duszona z olejem (bez pieprzu)* 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Grysikowa 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ryż na sypko 200 g Klopsik wieprzowy (bez pieprzu) mm 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos szpinakowy* (bez pieprzu) 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Dymia duszona z olejem (bez pieprzu)* 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Galaretko o smaku cytrynowym 150 g Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt ( <u>MLE b/LAK.</u> )							
	Kolacja	Grysikowa 450 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Papka kol () -NAR 500 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Papka kol () -NAR 450 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Papka kol () -NAR 500 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Galaretko drobiowa z udźcem z kurczaka 100 g ( <u>SEL.</u> ) Dżem 50 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Galaretko drobiowa z udźcem z kurczaka 100 g ( <u>SEL.</u> ) Dżem 50 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Galaretko drobiowa z udźcem z kurczaka 100 g ( <u>SEL.</u> ) Dżem 50 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 60 g Woda mineralna niegazowana 250 ml
	PN		Mus- przecier owocowy jablko 100g (tubka) 1 szt						Wafle kukurydziane 30 g
		Wartość energetyczna: 938.29 kcal; Białko ogółem: 36.66 g; Tłuszcz: 14.82 g; Kw. tł. nasy.: 3.06 g; Węglowodany ogółem: 166.95 g; W tym cukry: 3.70 g; Błonnik pok.: 6.01 g; Sód: 777.48 mg;	Wartość energetyczna: 1874.24 kcal; Białko ogółem: 90.10 g; Tłuszcz: 68.58 g; Kw. tł. nasy.: 19.63 g; Węglowodany ogółem: 233.46 g; W tym cukry: 29.47 g; Błonnik pok.: 20.49 g; Sód: 601.82 mg;	Wartość energetyczna: 1876.86 kcal; Białko ogółem: 84.79 g; Tłuszcz: 60.97 g; Kw. tł. nasy.: 19.07 g; Węglowodany ogółem: 256.34 g; W tym cukry: 70.70 g; Błonnik pok.: 19.26 g; Sód: 621.33 mg;	Wartość energetyczna: 1951.22 kcal; Białko ogółem: 95.55 g; Tłuszcz: 67.37 g; Kw. tł. nasy.: 21.62 g; Węglowodany ogółem: 250.66 g; W tym cukry: 43.92 g; Błonnik pok.: 21.31 g; Sód: 706.26 mg;	Wartość energetyczna: 2305.27 kcal; Białko ogółem: 90.20 g; Tłuszcz: 67.24 g; Kw. tł. nasy.: 25.07 g; Węglowodany ogółem: 345.45 g; W tym cukry: 82.84 g; Błonnik pok.: 17.86 g; Sód: 2355.71 mg;	Wartość energetyczna: 2236.33 kcal; Białko ogółem: 79.00 g; Tłuszcz: 56.62 g; Kw. tł. nasy.: 20.75 g; Węglowodany ogółem: 363.56 g; W tym cukry: 78.80 g; Błonnik pok.: 16.72 g; Sód: 2253.06 mg;	Wartość energetyczna: 2122.41 kcal; Białko ogółem: 80.06 g; Tłuszcz: 66.88 g; Kw. tł. nasy.: 26.21 g; Węglowodany ogółem: 308.77 g; W tym cukry: 96.48 g; Błonnik pok.: 15.61 g; Sód: 1993.10 mg;	Wartość energetyczna: 2048.73 kcal; Białko ogółem: 55.89 g; Tłuszcz: 43.49 g; Kw. tł. nasy.: 15.81 g; Węglowodany ogółem: 341.03 g; W tym cukry: 86.95 g; Błonnik pok.: 13.65 g; Sód: 1342.53 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

		KRK- NAR Ia Płynna modyfikowana	KRK- NAR IIa D11/LA Papkowata/niskoresztk.,niskolakt./mi x	KRK- NAR IIb D11 Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR IIc D11/D03 Papkowata/niskowęglowodanowa/-mi x	KRK- NAR III D10/LA Niskoresztkowa,niskolakto- mielona	KRK- NAR IIIa D10/LA/M Zapieraj./niskoresztk.,niskolakt./-miel.	KRK- NAR IIIb D10/M Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoń.miel.	KRK- NAR IIIa/d P02/LA/M Zapierająca dziecięca- mielona
2026-04-29 środa	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g ( <u>MLE b/LAK.</u> )	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u> )	Papka śn -NAR 450 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Papka śn -NAR 500 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,66 szt ( <u>MLE b/LAK.</u> ) Jabłka prażone b/c 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,5 szt ( <u>MLE b/LAK.</u> ) Jabłka prażone b/c 50 g	Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłka prażone b/c 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 60 g
	ITSN	Galaretko o smaku truskawkowym 150 g Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,33 szt ( <u>MLE b/LAK.</u> )	Galaretko o smaku truskawkowym 150 g		Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Galaretko o smaku truskawkowym 150 g			
	Obiad	Grysikowa 450 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob (-)-NAR 500 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob (-)-NAR 450 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Papka ob (-)-NAR 500 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Ryżowa 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez pieprzu) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy (bez pieprzu) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki podprawiane -drobno tarte 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ryżowa 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez pieprzu) 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy (bez pieprzu) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki gotowane drobno tarte 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Grysikowa 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 150 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez pieprzu) 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy (bez pieprzu) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki podprawiane -drobno tarte 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ryżowa 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez pieprzu) 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy (bez pieprzu) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki gotowane drobno tarte 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt ( <u>MLE b/LAK.</u> )			Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml ( <u>MLE.</u> )				
	Kolacja	Grysikowa 450 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Papka kol (-)-NAR 500 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Papka kol (-)-NAR 450 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u> ) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka kol (-)-NAR 500 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u> ) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym (bez pieprzu) 70 g ( <u>SEL.</u> ) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym (bez pieprzu) 70 g ( <u>SEL.</u> ) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym (bez pieprzu) 70 g ( <u>SEL.</u> ) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 60 g Woda mineralna niegazowana 250 ml
	PN		Sok warzywny 0,3l 1 szt ( <u>SEL.</u> )			Sok warzywno-owocowy tłoczony 0,3l 1 szt			Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
		Wartość energetyczna: 1048.08 kcal; Białko ogółem: 36.00 g; Tłuszcz: 13.94 g; Kw. tł. nasy.: 5.25 g; Węglowodany ogółem: 198.22 g; W tym cukry: 29.75 g; Błonnik pok.: 6.83 g; Sód: 755.01 mg;	Wartość energetyczna: 2002.14 kcal; Białko ogółem: 93.38 g; Tłuszcz: 68.07 g; Kw. tł. nasy.: 19.83 g; Węglowodany ogółem: 263.06 g; W tym cukry: 25.47 g; Błonnik pok.: 20.49 g; Sód: 1747.82 mg;	Wartość energetyczna: 2024.29 kcal; Białko ogółem: 90.01 g; Tłuszcz: 61.70 g; Kw. tł. nasy.: 18.08 g; Węglowodany ogółem: 286.21 g; W tym cukry: 62.50 g; Błonnik pok.: 19.26 g; Sód: 1764.33 mg;	Wartość energetyczna: 2191.97 kcal; Białko ogółem: 107.30 g; Tłuszcz: 74.38 g; Kw. tł. nasy.: 23.92 g; Węglowodany ogółem: 282.89 g; W tym cukry: 47.38 g; Błonnik pok.: 21.34 g; Sód: 1958.21 mg;	Wartość energetyczna: 2124.37 kcal; Białko ogółem: 78.30 g; Tłuszcz: 55.75 g; Kw. tł. nasy.: 25.45 g; Węglowodany ogółem: 348.96 g; W tym cukry: 83.73 g; Błonnik pok.: 20.10 g; Sód: 1989.59 mg;	Wartość energetyczna: 1966.07 kcal; Białko ogółem: 71.15 g; Tłuszcz: 44.31 g; Kw. tł. nasy.: 18.60 g; Węglowodany ogółem: 342.41 g; W tym cukry: 84.68 g; Błonnik pok.: 20.44 g; Sód: 1923.20 mg;	Wartość energetyczna: 2136.24 kcal; Białko ogółem: 83.60 g; Tłuszcz: 59.78 g; Kw. tł. nasy.: 26.51 g; Węglowodany ogółem: 336.12 g; W tym cukry: 99.89 g; Błonnik pok.: 19.15 g; Sód: 1795.60 mg;	Wartość energetyczna: 1759.42 kcal; Białko ogółem: 48.61 g; Tłuszcz: 28.20 g; Kw. tł. nasy.: 13.33 g; Węglowodany ogółem: 340.46 g; W tym cukry: 107.55 g; Błonnik pok.: 18.21 g; Sód: 1503.52 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

	KRK- NAR Ia Płynna modyfikowana	KRK- NAR IIa D11/LA Papkowata/niskoresztk.,niskolakt./mi x	KRK- NAR IIb D11 Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR IIc D11/D03 Papkowata/niskowęglowodanowa/-mi x	KRK- NAR III D10/LA Niskoresztkowa,niskolakt.- mielona	KRK- NAR IIIa D10/LA/M Zapieraj./niskoresztk.,niskolakt./-miel.	KRK- NAR IIIb D10/M Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoń.miel.	KRK- NAR IIIa/d P02/LA/M Zapierająca dziecięca- mielona
Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g (MLE b/LAK.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Papka śn -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Papka śn -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 90 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 60 g
	II ŚN	Galaretki jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (MLE.) Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	Galaretki jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (MLE.)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	Galaretki jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (MLE.)	Banan 200 g	Galaretki jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (MLE.)
Obiad	Grysikowa 450 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob (-) -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob (-) -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Papka ob (-) -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Ziemniaczana 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sytko 200 g Budyń z wiązownicy (bez pieprzu) 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ziemniaczana 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sytko 200 g Budyń z wiązownicy (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ziemniaczana 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sytko z tłuszczem 150 g Budyń z wiązownicy (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ziemniaczana 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sytko 200 g Budyń z wiązownicy (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)			Kisiel o smaku wiśniowym b/c 150 ml			
Kolacja	Grysikowa 450 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Papka kol (-) -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Papka kol (-) -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka kol (-) -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 75 g (MLE.) Salatka jarzynowa - dieta 100 g (MLE, SEL.) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Salatka jarzynowa - dieta 100 g (MLE, SEL.) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Salatka jarzynowa - dieta 100 g (MLE, SEL.) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 60 g Woda mineralna niegazowana 250 ml
	PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt						
	Wartość energetyczna: 968.29 kcal; Białko ogółem: 38.76 g; Tłuszcz: 15.82 g; Kw. tł. nasy.: 3.66 g; Węglowodany ogółem: 170.05 g; W tym cukry: 5.80 g; Błonnik pok.: 6.01 g; Sód: 808.98 mg;	Wartość energetyczna: 2026.14 kcal; Białko ogółem: 93.08 g; Tłuszcz: 67.57 g; Kw. tł. nasy.: 20.13 g; Węglowodany ogółem: 270.96 g; W tym cukry: 18.57 g; Błonnik pok.: 22.29 g; Sód: 579.32 mg;	Wartość energetyczna: 2048.29 kcal; Białko ogółem: 89.71 g; Tłuszcz: 61.20 g; Kw. tł. nasy.: 18.38 g; Węglowodany ogółem: 294.11 g; W tym cukry: 55.60 g; Błonnik pok.: 21.06 g; Sód: 595.83 mg;	Wartość energetyczna: 2121.07 kcal; Białko ogółem: 98.14 g; Tłuszcz: 69.86 g; Kw. tł. nasy.: 20.92 g; Węglowodany ogółem: 285.80 g; W tym cukry: 41.56 g; Błonnik pok.: 23.13 g; Sód: 686.76 mg;	Wartość energetyczna: 2280.52 kcal; Białko ogółem: 98.45 g; Tłuszcz: 55.52 g; Kw. tł. nasy.: 25.38 g; Węglowodany ogółem: 360.12 g; W tym cukry: 64.98 g; Błonnik pok.: 20.31 g; Sód: 2233.76 mg;	Wartość energetyczna: 2163.29 kcal; Białko ogółem: 81.28 g; Tłuszcz: 43.43 g; Kw. tł. nasy.: 18.09 g; Węglowodany ogółem: 377.57 g; W tym cukry: 100.49 g; Błonnik pok.: 23.58 g; Sód: 1957.39 mg;	Wartość energetyczna: 2131.83 kcal; Białko ogółem: 88.59 g; Tłuszcz: 58.65 g; Kw. tł. nasy.: 26.27 g; Węglowodany ogółem: 323.27 g; W tym cukry: 70.51 g; Błonnik pok.: 18.07 g; Sód: 1927.61 mg;	Wartość energetyczna: 2118.34 kcal; Białko ogółem: 56.06 g; Tłuszcz: 39.11 g; Kw. tł. nasy.: 15.75 g; Węglowodany ogółem: 398.63 g; W tym cukry: 125.59 g; Błonnik pok.: 18.14 g; Sód: 1502.04 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

		KRK- NAR Ia Płynna modyfikowana	KRK- NAR IIa D11/LA Papkowata/niskoresztk.,niskolakt./mi x	KRK- NAR IIb D11 Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR IIc D11/D03 Papkowata/niskowęglowodanowa/-mi x	KRK- NAR III D10/LA Niskoresztkowa,niskolakt- mielona	KRK- NAR IIIa D10/LA/M Zapieraj./niskoresztk.,niskolakt./-miel.	KRK- NAR IIIb D10/M Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoń.miel.	KRK- NAR IIIa/d P02/LA/M Zapierająca dziecięca- mielona	
2026-05-01 piątek	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g ( <u>MLE b/LAK.</u> )	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u> )	Papka śn -NAR 450 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Papka śn -NAR 500 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Twaróg półtusty b/laktozy 90 g ( <u>MLE b/LAK.</u> ) Mus z ananasa 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Twaróg półtusty b/laktozy 60 g ( <u>MLE b/LAK.</u> ) Mus z ananasa 50 g	Kasza manna na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Twaróg półtusty 60 g ( <u>MLE.</u> ) Mus z ananasa 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 60 g	
	ITSN	Galaretka o smaku pomarańczowym 150 g Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,33 szt ( <u>MLE b/LAK.</u> )	Galaretka o smaku pomarańczowym 150 g		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml	Galaretka o smaku pomarańczowym z owocami 150 g Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,33 szt ( <u>MLE b/LAK.</u> )	Galaretka o smaku pomarańczowym z owocami 150 g			
	Obiad	Grysikowa 450 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob () -NAR 500 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob () -NAR 450 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Papka ob () -NAR 500 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Dyniowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 200 g Pulpet rybny (bez pieprzu) (Łosoś) 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Szcypak gotowany z olejem* 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ryżowa () 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 200 g Pulpet rybny (bez pieprzu) (Łosoś) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Dyniowa z makaronem 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 150 g Pulpet rybny (bez pieprzu) (Łosoś) 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Szcypak gotowany z olejem* 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ryżowa () 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 200 g Pulpet rybny (bez pieprzu) (Łosoś) 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	
	PD	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt ( <u>MLE b/LAK.</u> )			Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )					
	Kolacja	Grysikowa 450 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Papka kol () -NAR 500 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Papka kol () -NAR 450 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Papka kol () -NAR 500 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z białek z natką pietruszki 90 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Dżem 50 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z białek z natką pietruszki 80 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Dżem 50 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z białek z natką pietruszki 80 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Dżem 50 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 60 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	
	PN	Przecier owocowo-warzywny jablko-marchewka 120g 1 szt								Wafle kukurydziane 30 g
			Wartość energetyczna: 900.68 kcal; Białko ogółem: 35.80 g; Tłuszcz: 13.78 g; Kw. tł. nasy.: 5.09 g; Węglowodany ogółem: 160.73 g; W tym cukry: 3.70 g; Błonnik pok.: 6.01 g; Sód: 737.28 mg;	Wartość energetyczna: 2020.14 kcal; Białko ogółem: 91.82 g; Tłuszcz: 67.53 g; Kw. tł. nasy.: 19.89 g; Węglowodany ogółem: 269.66 g; W tym cukry: 30.87 g; Błonnik pok.: 20.49 g; Sód: 579.82 mg;	Wartość energetyczna: 2042.29 kcal; Białko ogółem: 88.45 g; Tłuszcz: 61.16 g; Kw. tł. nasy.: 18.14 g; Węglowodany ogółem: 292.81 g; W tym cukry: 67.90 g; Błonnik pok.: 19.26 g; Sód: 596.33 mg;	Wartość energetyczna: 2191.07 kcal; Białko ogółem: 101.54 g; Tłuszcz: 70.98 g; Kw. tł. nasy.: 22.04 g; Węglowodany ogółem: 297.25 g; W tym cukry: 58.06 g; Błonnik pok.: 22.13 g; Sód: 751.86 mg;	Wartość energetyczna: 2328.63 kcal; Białko ogółem: 93.65 g; Tłuszcz: 70.68 g; Kw. tł. nasy.: 29.78 g; Węglowodany ogółem: 340.54 g; W tym cukry: 89.41 g; Błonnik pok.: 17.12 g; Sód: 1868.54 mg;	Wartość energetyczna: 2155.65 kcal; Białko ogółem: 79.38 g; Tłuszcz: 59.01 g; Kw. tł. nasy.: 21.35 g; Węglowodany ogółem: 339.51 g; W tym cukry: 92.98 g; Błonnik pok.: 17.86 g; Sód: 1904.50 mg;	Wartość energetyczna: 2309.40 kcal; Białko ogółem: 90.26 g; Tłuszcz: 74.60 g; Kw. tł. nasy.: 31.54 g; Węglowodany ogółem: 328.42 g; W tym cukry: 106.95 g; Błonnik pok.: 14.92 g; Sód: 1667.74 mg;	Wartość energetyczna: 1938.11 kcal; Białko ogółem: 49.90 g; Tłuszcz: 39.97 g; Kw. tł. nasy.: 14.58 g; Węglowodany ogółem: 332.91 g; W tym cukry: 95.77 g; Błonnik pok.: 17.78 g; Sód: 1648.25 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

		KRK- NAR Ia Płynna modyfikowana	KRK- NAR IIa D11/LA Papkowata/niskoresztk.,niskolakt./mi x	KRK- NAR IIb D11 Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR IIc D11/D03 Papkowata/niskowęglowodanowa/-mi x	KRK- NAR III D10/LA Niskoresztkowa,niskolakto- mielona	KRK- NAR IIIa D10/LA/M Zapieraj./niskoresztk.,niskolakt./-miel.	KRK- NAR IIIb D10/M Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoń.miel.	KRK- NAR IIIa/d P02/LA/M Zapierająca dziecięca- mielona		
2026-05-02 sobota	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną, Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g ( <b>MLE b/LAK.</b> )	Herbata czarna ekspresowa z cytryną, Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</b> )	Papka śn -NAR 450 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Papka śn -NAR 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Herbata czarna ekspresowa z cytryną, Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 75 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Dżem 50 g	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> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Dżem 50 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</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> ) Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Dżem 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	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> ) Dżem 60 g		
	II SN	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt ( <b>MLE b/LAK.</b> )	Mus z jabłek () b/c 150 g Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,33 szt ( <b>MLE b/LAK.</b> )	Mus z jabłek () z/c 100 g Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> )	Mus z jabłek () b/c 150 g Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> )	Mus z jabłek () z/c 100 g Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,33 szt ( <b>MLE b/LAK.</b> )	Mus z jabłek () z/c 150 g	Mus z jabłek () z/c 100 g Biszkopty b/ml 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )			
	Obiad	Grysikowa 450 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną, Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob () -NAR 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną, Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob () -NAR 450 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Papka ob () -NAR 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Gulasz wieprzowy- dieta (bez pieprzu) 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (bez pieprzu) 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Mięso wieprzowe mielone w sosie w/ (bez pieprzu) 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko z tłuszczem 150 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Gulasz wieprzowy- dieta (bez pieprzu) 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (bez pieprzu) 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Mięso wieprzowe mielone w sosie w/ (bez pieprzu) 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml		
	PD	Kisiel o smaku pomarańczowym z jabłkiem z/c 200 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt ( <b>MLE b/LAK.</b> )			Kisiel o smaku pomarańczowym z jabłkiem b/c 200 ml						
	Kolacja	Grysikowa 450 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną, Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Papka kol () -NAR 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną, Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną, Cateringowa z/c 300 ml Papka kol () -NAR 450 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną, Cateringowa b/c 300 ml Papka kol () -NAR 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 75 g Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym (bez pieprzu) 70 g ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną, Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym (bez pieprzu) 70 g ( <b>SEL.</b> ) 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> ) Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną, Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym (bez pieprzu) 70 g ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 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 Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 60 g Woda mineralna niegazowana 250 ml		
	PN				Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt						
			Wartość energetyczna: 926.06 kcal; Białko ogółem: 34.59 g; Tłuszcz: 14.98 g; Kw. tł. nasy.: 3.22 g; Węglowodany ogółem: 166.42 g; W tym cukry: 17.01 g; Błonnik pok.: 6.81 g; Sód: 769.21 mg;	Wartość energetyczna: 1933.64 kcal; Białko ogółem: 89.89 g; Tłuszcz: 68.79 g; Kw. tł. nasy.: 22.50 g; Węglowodany ogółem: 256.35 g; W tym cukry: 31.47 g; Błonnik pok.: 25.19 g; Sód: 606.02 mg;	Wartość energetyczna: 1940.31 kcal; Białko ogółem: 88.25 g; Tłuszcz: 60.18 g; Kw. tł. nasy.: 18.44 g; Węglowodany ogółem: 276.77 g; W tym cukry: 73.49 g; Błonnik pok.: 22.56 g; Sód: 607.98 mg;	Wartość energetyczna: 2036.04 kcal; Białko ogółem: 97.05 g; Tłuszcz: 67.02 g; Kw. tł. nasy.: 20.83 g; Węglowodany ogółem: 279.89 g; W tym cukry: 39.62 g; Błonnik pok.: 26.81 g; Sód: 665.76 mg;	Wartość energetyczna: 2277.87 kcal; Białko ogółem: 92.03 g; Tłuszcz: 72.15 g; Kw. tł. nasy.: 28.04 g; Węglowodany ogółem: 335.29 g; W tym cukry: 88.61 g; Błonnik pok.: 23.89 g; Sód: 2880.44 mg;	Wartość energetyczna: 2302.00 kcal; Białko ogółem: 95.50 g; Tłuszcz: 69.76 g; Kw. tł. nasy.: 23.71 g; Węglowodany ogółem: 341.78 g; W tym cukry: 91.34 g; Błonnik pok.: 21.15 g; Sód: 2399.53 mg;	Wartość energetyczna: 2189.81 kcal; Białko ogółem: 82.34 g; Tłuszcz: 74.68 g; Kw. tł. nasy.: 27.93 g; Węglowodany ogółem: 316.17 g; W tym cukry: 96.74 g; Błonnik pok.: 22.10 g; Sód: 2295.76 mg;	Wartość energetyczna: 2252.12 kcal; Białko ogółem: 73.88 g; Tłuszcz: 59.41 g; Kw. tł. nasy.: 19.81 g; Węglowodany ogółem: 373.16 g; W tym cukry: 105.06 g; Błonnik pok.: 19.78 g; Sód: 1387.67 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

		KRK- NAR Ia Płynna modyfikowana	KRK- NAR IIa D11/LA Papkowata/niskoresztk.,niskolakt./mix	KRK- NAR IIb D11 Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR IIc D11/D03 Papkowata/niskowęglowodanowa/-mix	KRK- NAR III D10/LA Niskoresztkowa,niskolakt.- mielona	KRK- NAR IIIa D10/LA/M Zapieraj./niskoresztk.,niskolakt./-miel.	KRK- NAR IIIb D10/M Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoń.miel.	KRK- NAR IIIa/d P02/LA/M Zapierająca dziecięca- mielona
2026-05-03 niedziela	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g (MLE b/LAK.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Papka śn -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Papka śn -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 75 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Jabłka prażone b/c 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Jabłka prażone b/c 50 g	Płatki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Jabłka prażone b/c 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 60 g
	II SN	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	Koktajl bananowy (mleko bez laktozy) 300 ml (MLE, MLE b/LAK.)	Koktajl bananowy (mleko bez laktozy) 250 ml (MLE, MLE b/LAK.)	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 200 ml	Koktajl bananowy (mleko bez laktozy) 250 ml (MLE, MLE b/LAK.)	Banan 200 g	Koktajl bananowy (mleko bez laktozy) 250 ml (MLE, MLE b/LAK.)	Banan 200 g
	Obiad	Grysikowa 450 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob (-) -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob (-) -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Papka ob (-) -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Rosół z makaronem 400 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki gotowane 200 g Potrawka drobiowa 150 g (GLU PSZ, SEL.) Dyńa duszona z olejem (bez pieprzu)* 150 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ryżowa 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane 200 g Potrawka drobiowa 150 g (GLU PSZ, SEL.) Dyńa duszona z olejem (bez pieprzu)* 150 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Rosół z makaronem 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 150 g Potrawka drobiowa 150 g (GLU PSZ, SEL.) Dyńa duszona z olejem (bez pieprzu)* 150 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ryżowa 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane 200 g Potrawka drobiowa 150 g (GLU PSZ, SEL.) Dyńa duszona z olejem (bez pieprzu)* 150 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Galaretki jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (MLE.) Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)			Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Jabłka prażone b/c 100 g				
Kolejka	Grysikowa 450 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Papka kol (-) -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Papka kol (-) -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka kol (-) -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 90 g (MLE.) Mus z brzoskwiń 50 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (MLE.) Mus z brzoskwiń 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (MLE.) Mus z brzoskwiń 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 60 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	
	PN				Sok warzywny 0,3l 1 szt (SEL.)				
		Wartość energetyczna: 1115.69 kcal; Białko ogółem: 38.96 g; Tłuszcz: 15.98 g; Kw. tł. nasy.: 3.82 g; Węglowodany ogółem: 207.54 g; W tym cukry: 31.85 g; Błonnik pok.: 6.83 g; Sód: 826.71 mg;	Wartość energetyczna: 1966.88 kcal; Białko ogółem: 95.36 g; Tłuszcz: 70.00 g; Kw. tł. nasy.: 22.61 g; Węglowodany ogółem: 249.57 g; W tym cukry: 48.44 g; Błonnik pok.: 21.51 g; Sód: 1837.36 mg;	Wartość energetyczna: 1969.31 kcal; Białko ogółem: 90.99 g; Tłuszcz: 63.14 g; Kw. tł. nasy.: 20.40 g; Węglowodany ogółem: 269.76 g; W tym cukry: 81.64 g; Błonnik pok.: 20.11 g; Sód: 1837.28 mg;	Wartość energetyczna: 2103.09 kcal; Białko ogółem: 106.79 g; Tłuszcz: 68.97 g; Kw. tł. nasy.: 20.74 g; Węglowodany ogółem: 279.92 g; W tym cukry: 46.36 g; Błonnik pok.: 24.88 g; Sód: 1846.85 mg;	Wartość energetyczna: 2050.45 kcal; Białko ogółem: 92.66 g; Tłuszcz: 53.93 g; Kw. tł. nasy.: 26.17 g; Węglowodany ogółem: 311.98 g; W tym cukry: 84.27 g; Błonnik pok.: 18.74 g; Sód: 3871.07 mg;	Wartość energetyczna: 1894.86 kcal; Białko ogółem: 71.94 g; Tłuszcz: 37.78 g; Kw. tł. nasy.: 16.67 g; Węglowodany ogółem: 331.58 g; W tym cukry: 102.47 g; Błonnik pok.: 21.63 g; Sód: 3389.51 mg;	Wartość energetyczna: 2086.69 kcal; Białko ogółem: 90.75 g; Tłuszcz: 61.61 g; Kw. tł. nasy.: 30.53 g; Węglowodany ogółem: 304.44 g; W tym cukry: 101.02 g; Błonnik pok.: 18.44 g; Sód: 3488.05 mg;	Wartość energetyczna: 1858.29 kcal; Białko ogółem: 49.38 g; Tłuszcz: 32.19 g; Kw. tł. nasy.: 13.89 g; Węglowodany ogółem: 354.54 g; W tym cukry: 137.36 g; Błonnik pok.: 20.42 g; Sód: 2597.84 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

		KRK- NAR Ia Płynna modyfikowana	KRK- NAR IIa D11/LA Papkowata/niskoresztk.,niskolakt./mi x	KRK- NAR IIb D11 Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR IIc D11/D03 Papkowata/niskowęglowodanowa/-mi x	KRK- NAR III D10/LA Niskoresztkowa,niskolakto- mielona	KRK- NAR IIIa D10/LA/M Zapieraj./niskoresztk.,niskolakt./-miel.	KRK- NAR IIIb D10/M Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoń.miel.	KRK- NAR IIIa/d P02/LA/M Zapierająca dziecięca- mielona	
2026-05-04 poniedziałek	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g ( <u>MLE b/LAK.</u> )	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u> )	Papka śn -NAR 450 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Papka śn -NAR 500 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 75 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym (bez pieprzu) () 70 g ( <u>SEL.</u> )	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym (bez pieprzu) () 70 g ( <u>SEL.</u> )	Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym (bez pieprzu) () 70 g ( <u>SEL.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 60 g	
	II ŚN	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt ( <u>MLE b/LAK.</u> )		Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )		Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt ( <u>MLE b/LAK.</u> )	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt ( <u>MLE b/LAK.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Biszkopty b/ml 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )	
	Obiad	Grysikowa 450 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob (-)NAR 500 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob (-)NAR 450 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Papka ob (-)NAR 500 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Mus z jabłek () z/c 100 g Twaróg półtusty b/laktozy 100 g ( <u>MLE b/LAK.</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ziemniaczana 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 100 g Twaróg półtusty b/laktozy 100 g ( <u>MLE b/LAK.</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron z tłuszczem 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Mus z jabłek () z/c 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ziemniaczana 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	
	PD	Galaretką o smaku pomarańczowym 150 g Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt ( <u>MLE b/LAK.</u> )			Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )					
	Kolacja	Grysikowa 450 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Papka kol (-)NAR 500 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Papka kol (-)NAR 450 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u> ) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka kol (-)NAR 500 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u> ) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,66 szt ( <u>MLE b/LAK.</u> ) Dżem 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,5 szt ( <u>MLE b/LAK.</u> ) Dżem 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 60 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt			Banan 200 g			Wafle ryżowe 30 g		
			Wartość energetyczna: 938.29 kcal; Białko ogółem: 36.66 g; Tłuszcz: 14.82 g; Kw. tł. nasy.: 3.06 g; Węglowodany ogółem: 166.95 g; W tym cukry: 3.70 g; Błonnik pok.: 6.01 g; Sód: 777.48 mg;	Wartość energetyczna: 2013.89 kcal; Białko ogółem: 94.65 g; Tłuszcz: 71.17 g; Kw. tł. nasy.: 19.63 g; Węglowodany ogółem: 257.26 g; W tym cukry: 29.47 g; Błonnik pok.: 20.49 g; Sód: 601.82 mg;	Wartość energetyczna: 2010.54 kcal; Białko ogółem: 90.68 g; Tłuszcz: 63.30 g; Kw. tł. nasy.: 19.98 g; Węglowodany ogółem: 277.26 g; W tym cukry: 66.50 g; Błonnik pok.: 19.26 g; Sód: 642.33 mg;	Wartość energetyczna: 2144.87 kcal; Białko ogółem: 105.20 g; Tłuszcz: 72.96 g; Kw. tł. nasy.: 24.03 g; Węglowodany ogółem: 274.76 g; W tym cukry: 37.62 g; Błonnik pok.: 21.31 g; Sód: 779.76 mg;	Wartość energetyczna: 2308.98 kcal; Białko ogółem: 85.38 g; Tłuszcz: 60.80 g; Kw. tł. nasy.: 27.69 g; Węglowodany ogółem: 372.50 g; W tym cukry: 108.32 g; Błonnik pok.: 21.04 g; Sód: 2157.71 mg;	Wartość energetyczna: 2306.34 kcal; Białko ogółem: 77.39 g; Tłuszcz: 53.03 g; Kw. tł. nasy.: 23.35 g; Węglowodany ogółem: 398.42 g; W tym cukry: 104.16 g; Błonnik pok.: 21.18 g; Sód: 1978.94 mg;	Wartość energetyczna: 2252.71 kcal; Białko ogółem: 78.18 g; Tłuszcz: 60.13 g; Kw. tł. nasy.: 26.55 g; Węglowodany ogółem: 369.53 g; W tym cukry: 150.61 g; Błonnik pok.: 20.51 g; Sód: 1833.53 mg;	Wartość energetyczna: 1817.11 kcal; Białko ogółem: 33.91 g; Tłuszcz: 28.28 g; Kw. tł. nasy.: 12.77 g; Węglowodany ogółem: 370.79 g; W tym cukry: 86.07 g; Błonnik pok.: 14.72 g; Sód: 1058.40 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

		KRK- NAR Ia Płynna modyfikowana	KRK- NAR IIa D11/LA Papkowata/niskoresztk.,niskolakt./mi x	KRK- NAR IIb D11 Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR IIc D11/D03 Papkowata/niskowęglowodanowa/-mi x	KRK- NAR III D10/LA Niskoresztkowa,niskolakt.- mielona	KRK- NAR IIIa D10/LA/M Zapieraj./niskoresztk.,niskolakt./-miel.	KRK- NAR IIIb D10/M Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoń.miel.	KRK- NAR IIIa/d P02/LA/M Zapierająca dziecięca- mielona	
2026-05-05 wtorek	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g ( <u>MLE b/LAK.</u> )	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u> )	Papka śn -NAR 450 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Papka śn -NAR 500 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Filet zapiekany drobiowy 75 g ( <u>MLE.</u> ) Mus z jabłek () z/c 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> ) Mus z jabłek () z/c 50 g	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> ) Mus z jabłek () z/c 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 60 g	
	II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt ( <u>MLE b/LAK.</u> )	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml		Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml				
	Obiad	Grysikowa 450 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob ()-NAR 500 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob ()-NAR 450 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Papka ob ()-NAR 500 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką dieta 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml Marchew oprószana z olejem* 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )	Ryżowa 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Marchew oprószana z olejem* 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką dieta 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 150 g Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml Marchew oprószana z olejem* 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )	Ryżowa 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	
	PD	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt ( <u>MLE b/LAK.</u> )			Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> ) Mus z jabłek () b/c 100 g					
	Kolacja	Grysikowa 450 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Papka kol ()-NAR 500 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Papka kol ()-NAR 450 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u> ) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka kol ()-NAR 500 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u> ) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 75 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u> ) Pasta warzywna. () 70 g ( <u>SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u> ) Pasta warzywna. () 70 g ( <u>SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u> ) Pasta warzywna. () 70 g ( <u>SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 60 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 120g 1 szt								Biszkopty b/ml 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )
			Wartość energetyczna: 987.94 kcal; Białko ogółem: 34.63 g; Tłuszcz: 14.98 g; Kw. tł. nasy.: 3.22 g; Węglowodany ogółem: 182.69 g; W tym cukry: 29.75 g; Błonnik pok.: 6.83 g; Sód: 785.21 mg;	Wartość energetyczna: 2069.79 kcal; Białko ogółem: 89.79 g; Tłuszcz: 67.69 g; Kw. tł. nasy.: 20.05 g; Węglowodany ogółem: 285.40 g; W tym cukry: 56.92 g; Błonnik pok.: 21.32 g; Sód: 587.56 mg;	Wartość energetyczna: 2091.94 kcal; Białko ogółem: 86.42 g; Tłuszcz: 61.32 g; Kw. tł. nasy.: 18.30 g; Węglowodany ogółem: 308.55 g; W tym cukry: 93.95 g; Błonnik pok.: 20.08 g; Sód: 604.07 mg;	Wartość energetyczna: 2216.57 kcal; Białko ogółem: 102.80 g; Tłuszcz: 69.79 g; Kw. tł. nasy.: 20.81 g; Węglowodany ogółem: 309.19 g; W tym cukry: 51.76 g; Błonnik pok.: 24.93 g; Sód: 670.96 mg;	Wartość energetyczna: 2149.47 kcal; Białko ogółem: 94.00 g; Tłuszcz: 56.54 g; Kw. tł. nasy.: 24.05 g; Węglowodany ogółem: 332.23 g; W tym cukry: 86.09 g; Błonnik pok.: 21.52 g; Sód: 3329.09 mg;	Wartość energetyczna: 1959.13 kcal; Białko ogółem: 75.72 g; Tłuszcz: 44.52 g; Kw. tł. nasy.: 17.28 g; Węglowodany ogółem: 330.29 g; W tym cukry: 83.97 g; Błonnik pok.: 20.86 g; Sód: 2757.90 mg;	Wartość energetyczna: 2138.05 kcal; Białko ogółem: 85.52 g; Tłuszcz: 63.37 g; Kw. tł. nasy.: 28.26 g; Węglowodany ogółem: 321.50 g; W tym cukry: 102.15 g; Błonnik pok.: 20.82 g; Sód: 2771.28 mg;	Wartość energetyczna: 1877.53 kcal; Białko ogółem: 54.26 g; Tłuszcz: 33.71 g; Kw. tł. nasy.: 15.02 g; Węglowodany ogółem: 351.99 g; W tym cukry: 103.93 g; Błonnik pok.: 16.14 g; Sód: 1606.05 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

	KRK- NAR Ia Płynna modyfikowana	KRK- NAR IIa D11/LA Papkowata/niskoresztk.,niskolakt./mi x	KRK- NAR IIb D11 Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR IIc D11/D03 Papkowata/niskowęglowodanowa/-mi x	KRK- NAR III D10/LA Niskoresztkowa,niskolakto- mielona	KRK- NAR IIIa D10/LA/M Zapieraj./niskoresztk.,niskolakt./-miel.	KRK- NAR IIIb D10/M Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoń.miel.	KRK- NAR IIIa/d P02/LA/M Zapierająca dziecięca- mielona
Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g (MLE b/LAK.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Papka śn -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Papka śn -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,66 szt (MLE b/LAK.) Dżem 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,5 szt (MLE b/LAK.) Dżem 50 g	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Dżem 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 60 g
	ITSN	Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g (MLE)			Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (MLE)			
Obiad	Grysikowa 450 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob () -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Papka ob () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Ziemniaczana 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ziemniaczana 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ziemniaczana 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko z tłuszczem 150 g (GLU JECZ.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ziemniaczana 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)			Kasza manna z jabłkiem prażonym (bez laktozy) 150 ml (GLU PSZ, MLE b/LAK.)			
Kolacja	Grysikowa 450 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Papka kol () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Papka kol () -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka kol () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 75 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pasta warzywna 70 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pasta warzywna 70 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pasta warzywna 70 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 60 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt						
	Wartość energetyczna: 973.26 kcal; Białko ogółem: 39.34 g; Tłuszcz: 15.11 g; Kw. tł. nasy.: 5.89 g; Węglowodany ogółem: 172.11 g; W tym cukry: 6.50 g; Błonnik pok.: 6.01 g; Sód: 782.61 mg;	Wartość energetyczna: 2104.12 kcal; Białko ogółem: 94.50 g; Tłuszcz: 68.02 g; Kw. tł. nasy.: 20.43 g; Węglowodany ogółem: 286.54 g; W tym cukry: 32.33 g; Błonnik pok.: 20.81 g; Sód: 598.56 mg;	Wartość energetyczna: 2124.54 kcal; Białko ogółem: 91.10 g; Tłuszcz: 61.65 g; Kw. tł. nasy.: 18.68 g; Węglowodany ogółem: 309.28 g; W tym cukry: 69.35 g; Błonnik pok.: 19.55 g; Sód: 614.93 mg;	Wartość energetyczna: 2267.85 kcal; Białko ogółem: 102.26 g; Tłuszcz: 68.66 g; Kw. tł. nasy.: 20.76 g; Węglowodany ogółem: 320.15 g; W tym cukry: 47.44 g; Błonnik pok.: 22.20 g; Sód: 712.94 mg;	Wartość energetyczna: 2214.15 kcal; Białko ogółem: 83.84 g; Tłuszcz: 61.88 g; Kw. tł. nasy.: 26.59 g; Węglowodany ogółem: 343.79 g; W tym cukry: 81.50 g; Błonnik pok.: 20.31 g; Sód: 2492.47 mg;	Wartość energetyczna: 2076.94 kcal; Białko ogółem: 72.25 g; Tłuszcz: 49.48 g; Kw. tł. nasy.: 19.13 g; Węglowodany ogółem: 347.55 g; W tym cukry: 81.09 g; Błonnik pok.: 17.52 g; Sód: 2048.55 mg;	Wartość energetyczna: 2149.48 kcal; Białko ogółem: 83.77 g; Tłuszcz: 60.67 g; Kw. tł. nasy.: 24.36 g; Węglowodany ogółem: 328.71 g; W tym cukry: 97.96 g; Błonnik pok.: 18.79 g; Sód: 2085.90 mg;	Wartość energetyczna: 1989.83 kcal; Białko ogółem: 55.36 g; Tłuszcz: 37.27 g; Kw. tł. nasy.: 14.57 g; Węglowodany ogółem: 343.74 g; W tym cukry: 88.92 g; Błonnik pok.: 13.49 g; Sód: 1487.93 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

		KRK- NAR Ia Płynna modyfikowana	KRK- NAR IIa D11/LA Papkowata/niskoresztk.,niskolakt./mi x	KRK- NAR IIb D11 Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR IIc D11/D03 Papkowata/niskowęglowodanowa/-mi x	KRK- NAR III D10/LA Niskoresztkowa,niskolakto- mielona	KRK- NAR IIIa D10/LA/M Zapieraj./niskoresztk.,niskolakt./-miel.	KRK- NAR IIIb D10/M Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoń.miel.	KRK- NAR IIIa/d P02/LAM Zapierająca dziecięca- mielona
2026-05-07 czwartek	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g (MLE b/LAK.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Papka śn -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Papka śn -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twaróg półtusty b/laktozy 90 g (MLE b/LAK.) Mus z brzoskwiń 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twaróg półtusty b/laktozy 60 g (MLE b/LAK.) Mus z brzoskwiń 50 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 60 g (MLE.) Jogurt naturalny 2% t 150g 1 szt (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Mus z brzoskwiń 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 60 g
	ITSN	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,33 szt (MLE b/LAK.)	Mus z jabłek () b/c 100 g Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,33 szt (MLE b/LAK.)	Mus z jabłek () z/c 100 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.)	Mus z jabłek () b/c 100 g Serek homo. naturalny 100 g (MLE.)	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml	Mus z jabłek () z/c 100 g Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Mus z jabłek () z/c 150 g	Mus z jabłek () z/c 100 g Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)
	Obiad	Grysikowa 450 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob () -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Papka ob () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Budyń z wiązownicy (bez pieprzu) 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy (bez pieprzu) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Grysikowa 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Budyń z wiązownicy (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy (bez pieprzu) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z tłuszczem 150 g (GLU PSZ.) Budyń z wiązownicy (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Marchew gotowana z olejem 150 g Sos koperkowy (bez pieprzu) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Grysikowa 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Budyń z wiązownicy (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Marchew gotowana z olejem 150 g Sos koperkowy (bez pieprzu) 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem prażonym z/c 150 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)			Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml				
	Kolacja	Grysikowa () 450 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Papka kol () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Papka kol () -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka kol () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 75 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pasta warzywna () 70 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Pasta warzywna () 70 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pasta warzywna () 70 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pasta warzywna () 70 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 60 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml
	PN	Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia 120g 1 szt							
	Wartość energetyczna: 989.10 kcal; Białko ogółem: 34.08 g; Tłuszcz: 14.06 g; Kw. tł. nasy.: 5.34 g; Węglowodany ogółem: 185.85 g; W tym cukry: 33.41 g; Błonnik pok.: 7.83 g; Sód: 764.20 mg;	Wartość energetyczna: 2057.69 kcal; Białko ogółem: 94.94 g; Tłuszcz: 70.72 g; Kw. tł. nasy.: 22.12 g; Węglowodany ogółem: 271.88 g; W tym cukry: 26.53 g; Błonnik pok.: 23.61 g; Sód: 576.62 mg;	Wartość energetyczna: 1957.97 kcal; Białko ogółem: 88.99 g; Tłuszcz: 59.80 g; Kw. tł. nasy.: 18.34 g; Węglowodany ogółem: 277.96 g; W tym cukry: 68.54 g; Błonnik pok.: 22.35 g; Sód: 581.24 mg;	Wartość energetyczna: 2119.12 kcal; Białko ogółem: 104.40 g; Tłuszcz: 67.60 g; Kw. tł. nasy.: 20.45 g; Węglowodany ogółem: 287.34 g; W tym cukry: 47.39 g; Błonnik pok.: 25.09 g; Sód: 659.66 mg;	Wartość energetyczna: 2228.66 kcal; Białko ogółem: 89.68 g; Tłuszcz: 62.45 g; Kw. tł. nasy.: 26.94 g; Węglowodany ogółem: 341.06 g; W tym cukry: 78.66 g; Błonnik pok.: 21.94 g; Sód: 2318.92 mg;	Wartość energetyczna: 2112.11 kcal; Białko ogółem: 73.08 g; Tłuszcz: 49.56 g; Kw. tł. nasy.: 19.33 g; Węglowodany ogółem: 359.50 g; W tym cukry: 71.99 g; Błonnik pok.: 22.24 g; Sód: 2034.40 mg;	Wartość energetyczna: 2129.19 kcal; Białko ogółem: 80.33 g; Tłuszcz: 64.26 g; Kw. tł. nasy.: 27.38 g; Węglowodany ogółem: 323.91 g; W tym cukry: 84.06 g; Błonnik pok.: 23.28 g; Sód: 1974.21 mg;	Wartość energetyczna: 2035.64 kcal; Białko ogółem: 52.95 g; Tłuszcz: 39.13 g; Kw. tł. nasy.: 15.85 g; Węglowodany ogółem: 381.77 g; W tym cukry: 102.85 g; Błonnik pok.: 18.16 g; Sód: 1516.40 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

	KRK- NAR Ia Płynna modyfikowana	KRK- NAR IIa D11/LA Papkowata/niskoresztk.,niskolakt./mi x	KRK- NAR IIb D11 Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR IIc D11/D03 Papkowata/niskowęglowodanowa/-mi x	KRK- NAR III D10/LA Niskoresztkowa,niskolakto- mielona	KRK- NAR IIIa D10/LA/M Zapieraj./niskoresztk.,niskolakt./-miel.	KRK- NAR IIIb D10/M Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoń.miel.	KRK- NAR IIIa/d P02/LA/M Zapierająca dziecięca- mielona	
2026-05-08 piątek	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g (MLE b/LAK.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Papka śn -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Papka śn -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twaróg półtusty b/laktozy 90 g (MLE b/LAK.) Dżem 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twaróg półtusty b/laktozy 60 g (MLE b/LAK.) Dżem 50 g	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twaróg półtusty 60 g (MLE.) Dżem 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 60 g
		II ŚN	Galaretka o smaku pomarańczowym z owocami 200 g Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)	Galaretka o smaku pomarańczowym z owocami 200 g		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml	Galaretka o smaku pomarańczowym z owocami 150 g Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)		Galaretka o smaku pomarańczowym z owocami 150 g
	Obiad		Grysikowa 450 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka kol () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka kol () -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Papka kol () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Ryżowa 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane 200 g Ryba pieczona (bez pieprzu) (Miruna) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku (bez pieprzu) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Sos jarzynowy (bez pieprzu) 100 ml (GLU PSZ, SEL.)	Ryżowa 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane 200 g Pulpet rybny (bez pieprzu) (Miruna) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem 150 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Sos jarzynowy (bez pieprzu) 100 ml (GLU PSZ, SEL.)	Krupnik jęczmienny 300 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 150 g Ryba pieczona (bez pieprzu) (Miruna) 80 g (RYB.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem 150 g (SEL.) Warzywa po grecku (bez pieprzu) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml Sos jarzynowy (bez pieprzu) 100 ml (GLU PSZ, SEL.)
		PD	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.)			Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (MLE.)			
	Kolacja	Grysikowa 450 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Papka kol () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Papka kol () -NAR 450 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Papka kol () -NAR 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z białek z koperkiem 90 g (JAJ, MLE.) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z białek z koperkiem 80 g (JAJ, MLE.) Jabłko pieczone 150 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 Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z białek z koperkiem 80 g (JAJ, MLE.) Jabłko pieczone 150 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 60 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml
		PN		Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia 120g 1 szt			Banan 200 g		
		Wartość energetyczna: 1013.27 kcal; Białko ogółem: 37.61 g; Tłuszcz: 14.87 g; Kw. tł. nasy.: 3.06 g; Węglowodany ogółem: 184.65 g; W tym cukry: 11.91 g; Błonnik pok.: 6.51 g; Sód: 782.68 mg;	Wartość energetyczna: 2100.52 kcal; Białko ogółem: 92.12 g; Tłuszcz: 66.74 g; Kw. tł. nasy.: 19.53 g; Węglowodany ogółem: 289.86 g; W tym cukry: 34.74 g; Błonnik pok.: 21.32 g; Sód: 566.42 mg;	Wartość energetyczna: 2120.94 kcal; Białko ogółem: 88.71 g; Tłuszcz: 60.37 g; Kw. tł. nasy.: 17.78 g; Węglowodany ogółem: 312.60 g; W tym cukry: 71.77 g; Błonnik pok.: 20.05 g; Sód: 582.79 mg;	Wartość energetyczna: 2178.47 kcal; Białko ogółem: 100.28 g; Tłuszcz: 70.14 g; Kw. tł. nasy.: 21.99 g; Węglowodany ogółem: 295.25 g; W tym cukry: 47.42 g; Błonnik pok.: 22.45 g; Sód: 722.76 mg;	Wartość energetyczna: 2434.37 kcal; Białko ogółem: 94.42 g; Tłuszcz: 60.98 g; Kw. tł. nasy.: 25.55 g; Węglowodany ogółem: 391.23 g; W tym cukry: 123.81 g; Błonnik pok.: 22.36 g; Sód: 1888.57 mg;	Wartość energetyczna: 2347.36 kcal; Białko ogółem: 81.54 g; Tłuszcz: 53.23 g; Kw. tł. nasy.: 19.08 g; Węglowodany ogółem: 402.47 g; W tym cukry: 125.21 g; Błonnik pok.: 26.60 g; Sód: 2072.95 mg;	Wartość energetyczna: 2342.03 kcal; Białko ogółem: 90.67 g; Tłuszcz: 66.63 g; Kw. tł. nasy.: 29.55 g; Węglowodany ogółem: 358.36 g; W tym cukry: 142.31 g; Błonnik pok.: 22.29 g; Sód: 1660.12 mg;	Wartość energetyczna: 2115.56 kcal; Białko ogółem: 54.31 g; Tłuszcz: 37.17 g; Kw. tł. nasy.: 13.07 g; Węglowodany ogółem: 406.89 g; W tym cukry: 136.00 g; Błonnik pok.: 24.14 g; Sód: 1798.40 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

		KRK- NAR Ia Płynna modyfikowana	KRK- NAR IIa D11/LA Papkowata/niskoresztk.,niskolakt./mi x	KRK- NAR IIb D11 Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR IIc D11/D03 Papkowata/niskowęglowodanowa/-mi x	KRK- NAR III D10/LA Niskoresztkowa,niskolakto- mielona	KRK- NAR IIIa D10/LA/M Zapierają./niskoresztk.,niskolakt./-miel.	KRK- NAR IIIb D10/M Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoń.miel.	KRK- NAR IIIa/d P02/LA/M Zapierająca dziecięca- mielona	
2026-05-09 sobota	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g ( <u>MLE b/LAK.</u> )	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u> )	Papka śn -NAR 450 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Papka śn -NAR 500 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 75 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Dżem 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Dżem 50 g	Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Dżem 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 60 g	
	II SN	Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,66 szt ( <u>MLE b/LAK.</u> )	Mus z jabłek () z/c 100 g Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,66 szt ( <u>MLE b/LAK.</u> )	Mus z jabłek () z/c 100 g Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )	Mus z jabłek () b/c 100 g Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )	Mus z jabłek () z/c 100 g Biszkopty b/ml 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )				
	Obiad	Grycikowa 450 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob () -NAR 500 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob () -NAR 450 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Papka ob () -NAR 500 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa (bez pieprzu) () 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki oprószone 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko 200 g Mięso wieprzowe mielone w sosie wł (bez pieprzu) 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko z tłuszczem 150 g Potrawka drobiowa (bez pieprzu) () 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki oprószone 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko 200 g Mięso wieprzowe mielone w sosie wł (bez pieprzu) 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	
	PD	Galaretkę jogurtową o smaku truskawkowym 150 g ( <u>MLE.</u> ) Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt ( <u>MLE b/LAK.</u> )			Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml ( <u>MLE.</u> )					
	Kolacja	Grycikowa 450 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Papka kol () -NAR 500 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Papka kol () -NAR 450 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka kol () -NAR 500 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 75 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u> ) Pasta z jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem (bez pieprzu) 70 g ( <u>SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u> ) Pasta z jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem (bez pieprzu) 70 g ( <u>SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u> ) Pasta z jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem (bez pieprzu) 70 g ( <u>SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 60 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 120g 1 szt								Wafle ryżowe 30 g
			Wartość energetyczna: 990.58 kcal; Białko ogółem: 43.35 g; Tłuszcz: 18.25 g; Kw. tł. nasy.: 7.72 g; Węglowodany ogółem: 165.56 g; W tym cukry: 5.80 g; Błonnik pok.: 6.01 g; Sód: 788.58 mg;	Wartość energetyczna: 2001.18 kcal; Białko ogółem: 96.68 g; Tłuszcz: 72.44 g; Kw. tł. nasy.: 24.51 g; Węglowodany ogółem: 254.36 g; W tym cukry: 35.89 g; Błonnik pok.: 23.45 g; Sód: 615.77 mg;	Wartość energetyczna: 1962.14 kcal; Białko ogółem: 89.86 g; Tłuszcz: 60.65 g; Kw. tł. nasy.: 18.70 g; Węglowodany ogółem: 277.71 g; W tym cukry: 72.92 g; Błonnik pok.: 22.20 g; Sód: 600.61 mg;	Wartość energetyczna: 2122.52 kcal; Białko ogółem: 103.24 g; Tłuszcz: 70.07 g; Kw. tł. nasy.: 22.44 g; Węglowodany ogółem: 284.18 g; W tym cukry: 52.81 g; Błonnik pok.: 24.30 g; Sód: 720.51 mg;	Wartość energetyczna: 2289.40 kcal; Białko ogółem: 83.92 g; Tłuszcz: 59.88 g; Kw. tł. nasy.: 24.26 g; Węglowodany ogółem: 370.74 g; W tym cukry: 93.43 g; Błonnik pok.: 21.01 g; Sód: 2733.62 mg;	Wartość energetyczna: 2431.36 kcal; Białko ogółem: 92.37 g; Tłuszcz: 75.58 g; Kw. tł. nasy.: 23.23 g; Węglowodany ogółem: 362.72 g; W tym cukry: 87.41 g; Błonnik pok.: 21.41 g; Sód: 2427.67 mg;	Wartość energetyczna: 2140.65 kcal; Białko ogółem: 79.61 g; Tłuszcz: 58.58 g; Kw. tł. nasy.: 25.04 g; Węglowodany ogółem: 338.27 g; W tym cukry: 98.92 g; Błonnik pok.: 18.95 g; Sód: 2242.29 mg;	Wartość energetyczna: 2346.41 kcal; Białko ogółem: 73.55 g; Tłuszcz: 62.67 g; Kw. tł. nasy.: 20.08 g; Węglowodany ogółem: 388.88 g; W tym cukry: 93.57 g; Błonnik pok.: 20.22 g; Sód: 1451.93 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

		KRK- NAR Ia Płynna modyfikowana	KRK- NAR IIa D11/LA Papkowata/niskoresztk.,niskolakt./mi x	KRK- NAR IIb D11 Papkowata/podstawowa/-mix	KRK- NAR IIc D11/D03 Papkowata/niskowęglowodanowa/-mi x	KRK- NAR III D10/LA Niskoresztkowa,niskolakto- mielona	KRK- NAR IIIa D10/LA/M Zapieraj./niskoresztk.,niskolakt./-miel.	KRK- NAR IIIb D10/M Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoń.miel.	KRK- NAR IIIa/d P02/LA/M Zapierająca dziecięca- mielona
2026-05-10 niedziela	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Kleik ryżowy na mleku bez laktozy 450 g ( <b>MLE b/LAK.</b> )	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka śn -NAR 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</b> )	Papka śn -NAR 450 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Papka śn -NAR 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Filet zapiekany drobiowy 75 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłka prażone b/c 50 g	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> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłka prażone b/c 50 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłka prażone b/c 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	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> ) Dżem 60 g
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem prażonym z/c 150 ml Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt ( <b>MLE b/LAK.</b> )	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem prażonym z/c 150 ml		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem prażonym b/c 150 ml	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem prażonym z/c 150 ml			
	Obiad	Grycikowa 450 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob (-) -NAR 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Papka ob (-) -NAR 450 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Papka ob (-) -NAR 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Pomidorowa z zacierką 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Mięso wieprzowe mielone w sosie wł (bez pieprzu) 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Gulasz wieprzowy- dieta (bez pieprzu) 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ryżowa 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Mięso wieprzowe mielone w sosie wł (bez pieprzu) 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Gulasz wieprzowy- dieta (bez pieprzu) 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Pomidorowa z zacierką 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 150 g Gulasz wieprzowy- dieta (bez pieprzu) 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ryżowa 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Mięso wieprzowe mielone w sosie wł (bez pieprzu) 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy* z/c 300 ml
	PD	Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt ( <b>MLE b/LAK.</b> )			Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt ( <b>MLE b/LAK.</b> )				
	Kolacja	Grycikowa 450 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Papka kol (-) -NAR 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Papka kol (-) -NAR 450 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papka kol (-) -NAR 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) 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> ) Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,5 szt ( <b>MLE b/LAK.</b> ) Mus z ananasa 50 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> ) Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,5 szt ( <b>MLE b/LAK.</b> ) Mus z ananasa 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE.</b> ) Mus z ananasa 50 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> ) Dżem 60 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml
	PN		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt						Jabłko pieczone 150 g
		Wartość energetyczna: 951.09 kcal; Białko ogółem: 34.58 g; Tłuszcz: 14.94 g; Kw. tł. nasy.: 3.18 g; Węglowodany ogółem: 172.72 g; W tym cukry: 23.24 g; Błonnik pok.: 6.63 g; Sód: 780.78 mg;	Wartość energetyczna: 1904.69 kcal; Białko ogółem: 84.33 g; Tłuszcz: 64.22 g; Kw. tł. nasy.: 19.75 g; Węglowodany ogółem: 257.13 g; W tym cukry: 49.07 g; Błonnik pok.: 21.43 g; Sód: 556.52 mg;	Wartość energetyczna: 1939.07 kcal; Białko ogółem: 81.38 g; Tłuszcz: 58.11 g; Kw. tł. nasy.: 18.00 g; Węglowodany ogółem: 282.25 g; W tym cukry: 86.09 g; Błonnik pok.: 20.17 g; Sód: 572.89 mg;	Wartość energetyczna: 2046.77 kcal; Białko ogółem: 96.08 g; Tłuszcz: 69.01 g; Kw. tł. nasy.: 19.95 g; Węglowodany ogółem: 270.95 g; W tym cukry: 47.24 g; Błonnik pok.: 22.25 g; Sód: 686.36 mg;	Wartość energetyczna: 2107.08 kcal; Białko ogółem: 87.42 g; Tłuszcz: 59.69 g; Kw. tł. nasy.: 27.18 g; Węglowodany ogółem: 318.29 g; W tym cukry: 88.36 g; Błonnik pok.: 18.26 g; Sód: 2005.83 mg;	Wartość energetyczna: 2135.15 kcal; Białko ogółem: 88.15 g; Tłuszcz: 63.88 g; Kw. tł. nasy.: 23.07 g; Węglowodany ogółem: 315.82 g; W tym cukry: 83.62 g; Błonnik pok.: 18.26 g; Sód: 1947.59 mg;	Wartość energetyczna: 2071.92 kcal; Białko ogółem: 86.40 g; Tłuszcz: 63.49 g; Kw. tł. nasy.: 26.96 g; Węglowodany ogółem: 302.63 g; W tym cukry: 99.45 g; Błonnik pok.: 19.39 g; Sód: 1747.91 mg;	Wartość energetyczna: 2092.29 kcal; Białko ogółem: 67.35 g; Tłuszcz: 57.91 g; Kw. tł. nasy.: 19.34 g; Węglowodany ogółem: 339.52 g; W tym cukry: 121.32 g; Błonnik pok.: 20.35 g; Sód: 1602.55 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,