

	KRK- NAR IV D02 Łatwo strawna	KRK- NAR IVB D08 Niskobiałkowa	KRK- NAR IVT D05 Z ograniczeniem tłuszczu	KRK- NAR V D03/M O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych	KRK- NAR VI D03 ogr.latw.przys.węglow.-podstaw.	KRK- NAR VIA D03/D02 Z ogr.latw.przysw.węglow.-latwostr.z ogr.tł.	KRK- NAR VIB C03 Z ogr.latw.przys.węglow./Kob.cięż.	
2026-05-11 poniedziałek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE</u> ) Filet zapiekany drobiowy 50g ( <u>MLE</u> ) Pomidor b/skórki 50g Salata zielona 10g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Chleb bezglutenowy 100g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ</u> ) Masło extra 82% 20g ( <u>MLE</u> ) Filet zapiekany drobiowy 25g ( <u>MLE</u> ) Pomidor b/skórki 50g Salata zielona 10g Jabłka prażone b/c 50g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10g ( <u>MLE</u> ) Filet zapiekany drobiowy 50g ( <u>MLE</u> ) Pomidor b/skórki 50g Salata zielona 10g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb Graham 75g ( <u>GLU PSZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15g ( <u>MLE</u> ) Filet zapiekany drobiowy 50g ( <u>MLE</u> ) Ogórek świeży 50g Salata zielona 10g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Chleb Graham 90g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10g ( <u>MLE</u> ) Filet zapiekany drobiowy 50g ( <u>MLE</u> ) Ogórek świeży 50g Salata zielona 10g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 75g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10g ( <u>MLE</u> ) Filet zapiekany drobiowy 50g ( <u>MLE</u> ) Ogórek świeży 50g Pomidor b/skórki 50g Salata zielona 10g Jabłko 150g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Chleb pełnoziarnisty 45g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10g ( <u>MLE</u> ) Filet zapiekany drobiowy 50g ( <u>MLE</u> ) Ogórek świeży 50g Salata zielona 10g Jabłko 150g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml
		II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml	Galaretko o smaku cytrynowym 150g		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chleb pełnoziarnisty 30g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 5g ( <u>MLE</u> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Pomidor 20g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
	Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 350g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Sos bazyliowy (bez pieprzu)* 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem 150g ( <u>SEL, PSZ</u> ) Kompotowocowy* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez soli) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200g Pulpet drobiowy (bez soli i pieprzu) 40g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Marchew oprószana z olejem 150g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompotowocowy* z/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 200g ( <u>GLU PSZ</u> ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez pieprzu) 80g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos bazyliowy (bez pieprzu)* 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 150g ( <u>SEL, PSZ, SEL</u> ) Kompotowocowy* z/c 300 ml	Fasolowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 350g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Sos bazyliowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100g ( <u>SEL, PSZ, SEL</u> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100g ( <u>SEL, PSZ</u> ) Kompotowocowy* z/c 300 ml	Fasolowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Makaron pełnoziarnisty 200g ( <u>GLU PSZ</u> ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos bazyliowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100g ( <u>SEL, PSZ</u> ) Kompotowocowy* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 200g ( <u>GLU PSZ</u> ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos bazyliowy (bez pieprzu)* 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Marchew oprószana z olejem 100g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompotowocowy* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron pełnoziarnisty 100g ( <u>GLU PSZ</u> ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 90g ( <u>JAJ</u> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100g ( <u>SEL, PSZ</u> ) Kompotowocowy* b/c 300 ml
		PD			Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100g ( <u>MLE</u> )	Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100g ( <u>MLE</u> )	Chleb pełnoziarnisty 30g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 5g ( <u>MLE</u> ) Serek homo. naturalny 40g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 5g Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 20g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Pomidor b/skórki 50g Salata zielona 10g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb bezglutenowy 100g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE</u> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 25g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Dżem 25g Pomidor b/skórki 50g Salata zielona 10g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10g ( <u>MLE</u> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Pomidor b/skórki 50g Salata zielona 10g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb Graham 75g ( <u>GLU PSZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15g ( <u>MLE</u> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 50g Salata zielona 10g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb Graham 90g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 20g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 50g Salata zielona 10g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 75g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 20g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Pomidor b/skórki 50g Salata zielona 10g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb pełnoziarnisty 45g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 20g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Salata zielona 10g Banan 100g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml
		PN	Ciasto drożdżowe 50g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> )	Biszkopty b/ml 30g ( <u>GLUPSZ, JAJ</u> )	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb Graham 30g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 5g ( <u>MLE</u> ) Twaróg półtłusty 25g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 5g	Chleb mieszany pszenno-żytni 40g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 5g ( <u>MLE</u> ) Twaróg półtłusty 25g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 5g	Chleb pełnoziarnisty 30g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 5g ( <u>MLE</u> ) Twaróg półtłusty 25g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 5g
	Wartość energetyczna: 2388.94 kcal; Białko ogółem: 89.82 g; Tłuszcz: 59.73 g; Kw. tł. nasy.: 26.70 g; Węglowodany ogółem: 363.74 g; W tym cukry: 76.79 g; Błonnik pok.: 23.77 g; Sód: 2832.52 mg;	Wartość energetyczna: 1893.69 kcal; Białko ogółem: 37.02 g; Tłuszcz: 64.76 g; Kw. tł. nasy.: 25.75 g; Węglowodany ogółem: 305.31 g; W tym cukry: 72.64 g; Błonnik pok.: 22.43 g; Sód: 863.25 mg;	Wartość energetyczna: 2268.42 kcal; Białko ogółem: 96.56 g; Tłuszcz: 52.21 g; Kw. tł. nasy.: 20.10 g; Węglowodany ogółem: 367.89 g; W tym cukry: 86.75 g; Błonnik pok.: 19.42 g; Sód: 2577.28 mg;	Wartość energetyczna: 2313.68 kcal; Białko ogółem: 98.65 g; Tłuszcz: 62.67 g; Kw. tł. nasy.: 17.95 g; Węglowodany ogółem: 368.45 g; W tym cukry: 89.12 g; Błonnik pok.: 34.42 g; Sód: 2881.75 mg;	Wartość energetyczna: 2049.55 kcal; Białko ogółem: 103.85 g; Tłuszcz: 66.12 g; Kw. tł. nasy.: 24.68 g; Węglowodany ogółem: 292.80 g; W tym cukry: 29.86 g; Błonnik pok.: 40.19 g; Sód: 2726.72 mg;	Wartość energetyczna: 1868.99 kcal; Białko ogółem: 86.73 g; Tłuszcz: 55.59 g; Kw. tł. nasy.: 20.64 g; Węglowodany ogółem: 274.23 g; W tym cukry: 27.02 g; Błonnik pok.: 24.37 g; Sód: 2966.19 mg;	Wartość energetyczna: 1885.72 kcal; Białko ogółem: 97.90 g; Tłuszcz: 75.46 g; Kw. tł. nasy.: 31.07 g; Węglowodany ogółem: 216.44 g; W tym cukry: 51.98 g; Błonnik pok.: 21.01 g; Sód: 2502.52 mg;	

	KRK- NAR IV D02 Łatwo strawna	KRK- NAR IVB D08 Niskobiałkowa	KRK- NAR IVT D05 Z ograniczeniem tłuszczu	KRK- NAR V D03/M O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych	KRK- NAR VI D03 ogr.latw.przys.węglow.-podstaw.	KRK- NAR VIA D03/D02 Z ogr.latw.przysw.węglow.-latwostr.z ogr.tł.	KRK- NAR VIB C03 Z ogr.latw.przys.węglow./Kob.cież.	
2026-05-12 wtorek	Śniadanie	Kefir 2% tł 200 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek 60 g (MLE) Miód (25g) 2 szt Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE) Twarożek 30 g (MLE) Miód (25g) 2 szt Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Kefir 2% tł 200 ml (MLE) Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 60 g (MLE) Miód (25g) 2 szt Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kefir 2% tł 200 ml (MLE) Chleb Graham 75 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Twarożek 60 g (MLE) Miód (25g) 1 szt Pomidorki koktajlowe 50 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 90 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Pomidorki koktajlowe 50 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb pełnoziarnisty 45 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Pomidorki koktajlowe 50 g Salata zielona 10 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml
			Jabłko pieczone 150 g		Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Chleb pełnoziarnisty 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko z tłuszczem 200 g (GLU JECZ.) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny (bez pieprzu) (l) 100 ml (GLU PSZ, PSZ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompotowocowy z/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Szynka wieprzowa gotowana 40 g Sos własny (bez soli i pieprzu) 100 ml (GLU PSZ, PSZ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem (bez soli) 150 g Kompotowocowy z/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny (bez pieprzu) (l) 100 ml (GLU PSZ, PSZ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompotowocowy z/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny (bez pieprzu) (l) 100 ml (GLU PSZ, PSZ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompotowocowy z/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko z tłuszczem 200 g (GLU JECZ.) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny 100 ml (GLU PSZ, SEL) Surowka z kapusty białej z olejem 100 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompotowocowy b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny (bez pieprzu) (l) 100 ml (GLU PSZ, PSZ) Seler z marchewką gotowany z natką z olejem 100 g (GLU PSZ, SEL) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompotowocowy b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 100 g (GLU JECZ.) Surowka z kapusty białej z olejem 100 g Kompotowocowy b/c 300 ml
		PD				Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE)		Chleb pełnoziarnisty 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Salata zielona 5 g Salatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, SOZ.) Pasta warzywna 50 g (SEL) Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 25 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, SOZ.) Pasta warzywna 50 g (SEL) Dżem 30 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, SOZ.) Pasta warzywna 50 g (SEL) Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb Graham 75 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, SOZ.) Rzodkiew biała 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb Graham 90 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, SOZ.) Rzodkiew biała 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, SOZ.) Pasta warzywna 50 g (SEL) Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb pełnoziarnisty 45 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, SOZ.) Rzodkiew biała 50 g Salata zielona 10 g Banan 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml
		PN		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt		Pieczczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Salata zielona 5 g	Pieczczywo chrupkie żytnie, kefir (pieczywo chrupkie 25g, kefir 100ml, masło 5g) 1 szt (MLE)
	Wartość energetyczna: 2178.05 kcal; Białko ogółem: 83.33 g; Tłuszcz: 56.54 g; Kw. tł. nasy.: 25.80 g; Węglowodany ogółem: 351.38 g; W tym cukry: 115.56 g; Błonnik pok.: 22.06 g; Sód: 2706.67 mg;	Wartość energetyczna: 1987.21 kcal; Białko ogółem: 39.58 g; Tłuszcz: 55.69 g; Kw. tł. nasy.: 22.96 g; Węglowodany ogółem: 346.29 g; W tym cukry: 124.68 g; Błonnik pok.: 26.10 g; Sód: 904.31 mg;	Wartość energetyczna: 2182.25 kcal; Białko ogółem: 89.46 g; Tłuszcz: 45.29 g; Kw. tł. nasy.: 20.07 g; Węglowodany ogółem: 369.26 g; W tym cukry: 132.45 g; Błonnik pok.: 22.06 g; Sód: 2196.87 mg;	Wartość energetyczna: 1968.41 kcal; Białko ogółem: 86.64 g; Tłuszcz: 49.64 g; Kw. tł. nasy.: 17.38 g; Węglowodany ogółem: 317.47 g; W tym cukry: 95.36 g; Błonnik pok.: 25.15 g; Sód: 2634.35 mg;	Wartość energetyczna: 1856.95 kcal; Białko ogółem: 90.03 g; Tłuszcz: 51.79 g; Kw. tł. nasy.: 21.31 g; Węglowodany ogółem: 284.63 g; W tym cukry: 42.39 g; Błonnik pok.: 32.55 g; Sód: 2707.91 mg;	Wartość energetyczna: 1827.55 kcal; Białko ogółem: 83.47 g; Tłuszcz: 50.20 g; Kw. tł. nasy.: 18.49 g; Węglowodany ogółem: 279.35 g; W tym cukry: 41.33 g; Błonnik pok.: 27.16 g; Sód: 2773.91 mg;	Wartość energetyczna: 1875.49 kcal; Białko ogółem: 99.65 g; Tłuszcz: 75.33 g; Kw. tł. nasy.: 32.75 g; Węglowodany ogółem: 211.83 g; W tym cukry: 68.62 g; Błonnik pok.: 19.69 g; Sód: 2343.62 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-24 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

	KRK- NAR IV D02 Łatwo strawna	KRK- NAR IVB D08 Niskobiałkowa	KRK- NAR IVT D05 Z ograniczeniem tłuszczu	KRK- NAR V D03/M O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych	KRK- NAR VI D03 ogr.latw.przys.węglow.-podstaw.	KRK- NAR VIA D03/D02 Z ogr.latw.przysw.węglow.-latwostr.z ogr.tł.	KRK- NAR VIB C03 Z ogr.latw.przys.węglow./Kob.cięż.
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE</b> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Pomidor b/skórki 50g Salata zielona 10g Kawa zbożowa z mlekimi/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Chleb bezglutenowy 100g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ</b> ) Masło extra 82% 20g ( <b>MLE</b> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 25g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 50g Salata zielona 10g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Pomidor b/skórki 50g Salata zielona 10g Kawa zbożowa z mlekimi/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW</b> ) Chleb Graham 75g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15g ( <b>MLE</b> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Pomidor 50g Salata zielona 10g Kawa zbożowa z mlekimi/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Chleb Graham 90g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Pomidor 50g Salata zielona 10g Kawa zbożowa z mlekimi/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 75g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Pomidor b/skórki 50g Salata zielona 10g Kawa zbożowa z mlekimi/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Chleb pełnoziarnisty 45g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Pomidor 50g Salata zielona 10g Jabłko 150g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml
II ŚN		Banan 200g			Kefir 2% tł 200 ml ( <b>MLE</b> )		Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Chleb pełnoziarnisty 30g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 25g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 50g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
Obiad	Jarzynowa z makaronem dieta 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200g Pulpet drobiowy (bez pieprzu) 80g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos pietruszkowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Marchew oprószana z olejem 150g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompotowocowy* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez soli) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200g Pulpet drobiowy (bez soli i pieprzu) 40g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos pietruszkowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Marchew oprószana z olejem 150g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompotowocowy* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem -dieta b/brokula i kalafiora 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200g Pulpet drobiowy (bez pieprzu) 80g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos pietruszkowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Marchew oprószana z olejem 150g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompotowocowy* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem dieta 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200g Pulpet drobiowy (bez pieprzu) 80g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos pietruszkowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Marchew oprószana z olejem 150g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompotowocowy* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem dieta 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200g Pulpet drobiowy 80g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos pietruszkowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Surówka z marchwi i chrzanu b/c 100g ( <b>MLE, SO2</b> ) Szpiniak gotowany z olejem* 100g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompotowocowy* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem -dieta b/brokula i kalafiora 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200g Pulpet drobiowy (bez pieprzu) 80g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos pietruszkowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Marchew oprószana z olejem 100g ( <b>GLU PSZ</b> ) Szpiniak gotowany z olejem* 100g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompotowocowy* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem dieta 200 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 100g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 90g ( <b>JAJ</b> ) Marchew oprószana z olejem 100g ( <b>GLU PSZ</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100g Kompotowocowy* b/c 300 ml
PD					Fasolka szparagowa z wody* 200g		Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb pełnoziarnisty 30g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ) Salata zielona 5g Surówka z marchwi i chrzanu b/c 100g ( <b>MLE, SO2</b> )
Kolejka	Chleb mieszany pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 50g ( <b>MLE</b> ) Pomidor b/skórki 50g Salata zielona 20g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Chleb bezglutenowy 100g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 25g ( <b>MLE</b> ) Dżem 30g Pomidor b/skórki 50g Salata zielona 20g	Bułka pszenna długa krojona 100g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 50g ( <b>MLE</b> ) Pomidor b/skórki 50g Salata zielona 20g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Chleb Graham 75g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 50g ( <b>MLE</b> ) Ogórek świeży 50g Salata zielona 20g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Chleb Graham 90g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 50g ( <b>MLE</b> ) Ogórek świeży 50g Salata zielona 20g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 50g ( <b>MLE</b> ) Pomidor b/skórki 50g Salata zielona 20g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Chleb pełnoziarnisty 45g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 50g ( <b>MLE</b> ) Ogórek świeży 50g Salata zielona 20g Banan 100g
PN		Wafle kukurydziane 30g			Chleb Graham 30g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 25g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 5g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 5g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 25g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 5g	Chleb pełnoziarnisty 30g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 25g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 50g
	Wartość energetyczna: 2181.32 kcal; Białko ogółem: 86.87 g; Tłuszcz: 67.70 g; Kw. tł. nasy.: 29.43 g; Węglowodany ogółem: 298.79 g; W tym cukry: 68.25 g; Błonnik pok.: 21.77 g; Sód: 3153.02 mg;	Wartość energetyczna: 2032.67 kcal; Białko ogółem: 39.30 g; Tłuszcz: 63.59 g; Kw. tł. nasy.: 25.71 g; Węglowodany ogółem: 314.76 g; W tym cukry: 112.92 g; Błonnik pok.: 24.07 g; Sód: 931.55 mg;	Wartość energetyczna: 2291.86 kcal; Białko ogółem: 94.83 g; Tłuszcz: 51.87 g; Kw. tł. nasy.: 20.90 g; Węglowodany ogółem: 352.69 g; W tym cukry: 110.37 g; Błonnik pok.: 23.12 g; Sód: 2688.30 mg;	Wartość energetyczna: 2064.94 kcal; Białko ogółem: 91.32 g; Tłuszcz: 58.74 g; Kw. tł. nasy.: 17.57 g; Węglowodany ogółem: 291.91 g; W tym cukry: 68.49 g; Błonnik pok.: 25.29 g; Sód: 2957.02 mg;	Wartość energetyczna: 1798.09 kcal; Białko ogółem: 94.26 g; Tłuszcz: 59.41 g; Kw. tł. nasy.: 25.90 g; Węglowodany ogółem: 249.86 g; W tym cukry: 34.49 g; Błonnik pok.: 31.09 g; Sód: 2936.65 mg;	Wartość energetyczna: 1743.23 kcal; Białko ogółem: 86.98 g; Tłuszcz: 51.39 g; Kw. tł. nasy.: 19.53 g; Węglowodany ogółem: 252.50 g; W tym cukry: 34.87 g; Błonnik pok.: 26.08 g; Sód: 3111.95 mg;	Wartość energetyczna: 1880.37 kcal; Białko ogółem: 99.57 g; Tłuszcz: 77.75 g; Kw. tł. nasy.: 33.70 g; Węglowodany ogółem: 208.39 g; W tym cukry: 59.54 g; Błonnik pok.: 19.75 g; Sód: 2943.32 mg;

	KRK- NAR IV D02 Łatwo strawna	KRK- NAR IVB D08 Niskobiałkowa	KRK- NAR IVT D05 Z ograniczeniem tłuszczu	KRK- NAR V D03/M O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych	KRK- NAR VI D03 ogr.latw.przys.węglow.-podstaw.	KRK- NAR VIA D03/D02 Z ogr.latw.przysw.węglow.-latwostr.z ogr.tł.	KRK- NAR VIB C03 Z ogr.latw.przys.węglow./Kob.cięż.
Śniadanie	Platki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80g ( <b>MLE</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Rukola 10 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 40g ( <b>MLE</b> ) Dżem 30 g Pomidor b/skórki 50 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Chleb Graham 75g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 50 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb Graham 90 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 50 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <b>GLU PSZ, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Jabłko 150 g Pomidor 50 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml
	II ŚN		Biskopki b/ml 30 g ( <b>GLUPSZ, JAJ.</b> )		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
Obiad	Ziemniaczana 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kaszotto jęczmiennie z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g ( <b>SEL, GLU JECZ.</b> ) Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Brokuł gotowany* 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Ziemniaczana (bez mleka) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 40 g Sos pomidorowy (bez soli i pieprzu) 100 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Cukinia pieczona z olejem (bez soli i pieprzu)* 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Ziemniaczana 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Brokuł gotowany* 150 g Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Ziemniaczana 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kaszotto jęczmiennie z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g ( <b>SEL, GLU JECZ.</b> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Brokuł gotowany* 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml	Ziemniaczana 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml	Ziemniaczana 200 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 100 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Surowka wielowarzywna z olejem b/c 100 g ( <b>SEL.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml
	PD				Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 5 g Surowka z marchwi b/c 100 g ( <b>MLE</b> )
Kolejka	Chleb mieszany pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</b> ) Salatka jarzynowa - dieta 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 25 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</b> ) Salatka jarzynowa - dieta 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</b> ) Salatka jarzynowa - dieta 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Salata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Chleb Graham 75g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</b> ) Salatka jarzynowa 100 g ( <b>JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Salata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Chleb Graham 90 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</b> ) Salatka jarzynowa 100 g ( <b>JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Salata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</b> ) Salatka jarzynowa - dieta 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Salata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</b> ) Salatka jarzynowa 100 g ( <b>JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Jabłko 150 g
	PN		Sok warzywny 0,3l 1 szt ( <b>SEL</b> )		Pieczewo chrupkie ekstrudowane-żytnie 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Salata zielona 5 g	Pieczewo chrupkie żytnie, kefir (pieczewo chrupkie 25g, kefir 200ml, masło 5g) 1 szt ( <b>MLE</b> )
	Wartość energetyczna: 2247.81 kcal; Białko ogółem: 95.79 g; Tłuszcz: 63.27 g; Kw. tł. nasy.: 26.87 g; Węglowodany ogółem: 345.14 g; W tym cukry: 81.00 g; Błonnik pok.: 29.51 g; Sód: 4279.19 mg;	Wartość energetyczna: 1860.85 kcal; Białko ogółem: 43.94 g; Tłuszcz: 56.18 g; Kw. tł. nasy.: 21.69 g; Węglowodany ogółem: 307.72 g; W tym cukry: 64.16 g; Błonnik pok.: 22.59 g; Sód: 2172.31 mg;	Wartość energetyczna: 2009.24 kcal; Białko ogółem: 94.85 g; Tłuszcz: 41.57 g; Kw. tł. nasy.: 15.25 g; Węglowodany ogółem: 327.41 g; W tym cukry: 67.40 g; Błonnik pok.: 18.55 g; Sód: 3667.23 mg;	Wartość energetyczna: 2033.77 kcal; Białko ogółem: 88.65 g; Tłuszcz: 64.66 g; Kw. tł. nasy.: 16.53 g; Węglowodany ogółem: 301.08 g; W tym cukry: 68.92 g; Błonnik pok.: 30.99 g; Sód: 4058.43 mg;	Wartość energetyczna: 1944.74 kcal; Białko ogółem: 94.62 g; Tłuszcz: 57.86 g; Kw. tł. nasy.: 22.83 g; Węglowodany ogółem: 288.45 g; W tym cukry: 39.34 g; Błonnik pok.: 34.27 g; Sód: 3173.52 mg;	Wartość energetyczna: 1825.75 kcal; Białko ogółem: 90.14 g; Tłuszcz: 45.65 g; Kw. tł. nasy.: 17.23 g; Węglowodany ogółem: 282.83 g; W tym cukry: 40.14 g; Błonnik pok.: 26.94 g; Sód: 3108.14 mg;	Wartość energetyczna: 1987.04 kcal; Białko ogółem: 102.79 g; Tłuszcz: 84.26 g; Kw. tł. nasy.: 34.30 g; Węglowodany ogółem: 217.08 g; W tym cukry: 60.39 g; Błonnik pok.: 22.41 g; Sód: 3475.48 mg;

	KRK- NAR IV D02 Łatwo strawna	KRK- NAR IVB D08 Niskobiałkowa	KRK- NAR IVT D05 Z ograniczeniem tłuszczu	KRK- NAR V D03M O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych	KRK- NAR VI D03 ogr.latw.przys.węglow.-podstaw.	KRK- NAR VIA D03/D02 Z ogr.latw.przysw.węglow.-latwostr.z ogr.tł.	KRK- NAR VIB C03 Z ogr.latw.przys.węglow./Kob.cięż.
Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 60 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 10 g	Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 40 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko pieczone 150 g Miód (25g) 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Twarożek 60 g (z <b>MLE</b> ) Cateringowa z/c 300 ml Salata zielona 10 g	Kasza manna na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 60 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 10 g	Kasza manna na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb Graham 75 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 60 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko 150 g Salata zielona 10 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb Graham 90 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 60 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 50 g Salata zielona 10 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 60 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 50 g Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g	Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Necówka-wędlna średnio rozdrobniona, wp. pieczona 50 g ( <b>GLU PSZ, może zawierać: JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 50 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Salata zielona 10 g
	II ŚN		Kisiel o smaku pomarańczowym z jabłkiem prażonym z/c 150 ml		Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 5 g
Obiad	Szpinakowa z zacierką 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Sos koperkowy (bez pieprzu) 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Sos koperkowy (bez pieprzu i soli) 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Bukiet jarzyn oprószone z olejem 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kompotowocowy* z/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką (bez soli) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Pulpet rybny (Miruna) (bez soli i pieprzu) 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Sos koperkowy (bez pieprzu i soli) 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Bukiet jarzyn oprószone z olejem 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kompotowocowy* z/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Sos koperkowy (bez pieprzu) 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Bukiet jarzyn oprószone z olejem 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kompotowocowy* z/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Sos koperkowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Bukiet jarzyn oprószone z olejem 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kompotowocowy* z/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Sos koperkowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Bukiet jarzyn oprószone z olejem 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Sos koperkowy (bez pieprzu) 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Bukiet jarzyn oprószone z olejem 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Salata zielona z kefirem 50 g ( <b>MLE</b> ) Kompotowocowy* b/c 300 ml	Szpinakowa z makaronem (bez glutenu) 200 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 100 g Pulpet rybny (Miruna) (bez glutenu) 90 g ( <b>JAJ, RYB.</b> ) Salata zielona z kefirem 50 g ( <b>MLE</b> ) Bukiet jarzyn oprószone z olejem 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kompotowocowy* b/c 300 ml
	PD				Kefir 2% tł 200 ml ( <b>MLE</b> )		Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 50 g
Kolacja	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta jajeczno-brokulowa 80 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Dżem 30 g Salata zielona 10 g	Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wiewprzowego 25 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Dżem 30 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z białek, twarogu z natką pietruszki 80 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb Graham 75 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z białek, twarogu z natką pietruszki 80 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Pomidor 50 g Salata zielona 10 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb Graham 90 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Pasta jajeczno-brokulowa 80 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Pomidor 50 g Salata zielona 10 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z białek, twarogu z natką pietruszki 80 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Pasta jajeczno-brokulowa 80 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Banan 100 g Salata zielona 10 g
	PN		Banan 200 g		Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 25 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 25 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 5 g	Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 25 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 5 g
	Wartość energetyczna: 2372.31 kcal; Białko ogółem: 85.43 g; Tłuszcz: 69.47 g; Kw. tł. nasy.: 30.61 g; Węglowodany ogółem: 369.82 g; W tym cukry: 121.48 g; Błonnik pok.: 25.93 g; Sód: 2482.91 mg;	Wartość energetyczna: 2101.61 kcal; Białko ogółem: 39.64 g; Tłuszcz: 65.93 g; Kw. tł. nasy.: 26.44 g; Węglowodany ogółem: 351.52 g; W tym cukry: 137.41 g; Błonnik pok.: 26.50 g; Sód: 695.10 mg;	Wartość energetyczna: 2375.29 kcal; Białko ogółem: 96.70 g; Tłuszcz: 54.98 g; Kw. tł. nasy.: 22.30 g; Węglowodany ogółem: 388.35 g; W tym cukry: 134.38 g; Błonnik pok.: 23.47 g; Sód: 2008.56 mg;	Wartość energetyczna: 2296.26 kcal; Białko ogółem: 95.23 g; Tłuszcz: 62.41 g; Kw. tł. nasy.: 19.70 g; Węglowodany ogółem: 363.31 g; W tym cukry: 122.69 g; Błonnik pok.: 29.49 g; Sód: 2295.83 mg;	Wartość energetyczna: 1868.12 kcal; Białko ogółem: 88.97 g; Tłuszcz: 63.33 g; Kw. tł. nasy.: 26.80 g; Węglowodany ogółem: 262.24 g; W tym cukry: 50.60 g; Błonnik pok.: 29.57 g; Sód: 2146.88 mg;	Wartość energetyczna: 1775.61 kcal; Białko ogółem: 85.99 g; Tłuszcz: 53.43 g; Kw. tł. nasy.: 21.13 g; Węglowodany ogółem: 253.18 g; W tym cukry: 46.85 g; Błonnik pok.: 20.90 g; Sód: 2331.27 mg;	Wartość energetyczna: 2041.47 kcal; Białko ogółem: 91.63 g; Tłuszcz: 99.96 g; Kw. tł. nasy.: 40.84 g; Węglowodany ogółem: 204.64 g; W tym cukry: 56.62 g; Błonnik pok.: 17.47 g; Sód: 2264.19 mg;

	KRK- NAR IV D02 Łatwo strawna	KRK- NAR IVB D08 Niskobiałkowa	KRK- NAR IVT D05 Z ograniczeniem tłuszczu	KRK- NAR V D03M O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych	KRK- NAR VI D03 ogr.latw.przys.węglow.-podstaw.	KRK- NAR VIA D03/D02 Z ogr.latw.przysw.węglow.-latwostr.z ogr.tł.	KRK- NAR VIB C03 Z ogr.latw.przys.węglow./Kob.cież.	
2026-05-16 sobota	Śniadanie	Kefir 2% tł 200 ml ( <b>MLE</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*dieta 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g	Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*dieta 40 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Dżem 30 g Salata zielona 10 g	Kefir 2% tł 200 ml ( <b>MLE</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb Graham 75 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasztet z soczewicy 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Pomidor 50 g Salata zielona 10 g	Kefir 2% tł 200 ml ( <b>MLE</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb Graham 90 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Pasztet z soczewicy 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Pomidor 50 g Salata zielona 10 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb Graham 90 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Pasztet z soczewicy 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Pomidor 50 g Salata zielona 10 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g	Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Pasztet z soczewicy 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Banan 100 g Salata zielona 10 g
			Biskvoty b/ml 30 g ( <b>GLUPSZ, JAJ.</b> )	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )		Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Salata zielona 5 g
	Obiad	Koperkowa z ryżem (bez soli) 400 ml ( <b>MLE, SEL, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Gulasz wieprzowy- dieta (bez pieprzu) 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Koperkowa z ryżem (bez soli) 400 ml ( <b>MLE, SEL, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos jarzynowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Koperkowa z ryżem 400 ml ( <b>MLE, SEL, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Gulasz wieprzowy- dieta (bez pieprzu) 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Koperkowa z ryżem 400 ml ( <b>MLE, SEL, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem 400 ml ( <b>MLE, SEL, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos jarzynowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml	Ziemniaki gotowane 200 g Koperkowa z ryżem 400 ml ( <b>MLE, SEL, SEL.</b> ) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos jarzynowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem 200 ml ( <b>MLE, SEL, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane 100 g Gulasz wieprzowy (bez glutenu) 150 g Buraczki gotowane drobno tarte b/c 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml
	PD				Warzywa po grecku b/c 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )		Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 50 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g	
	Kolejka	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem (bez pieprzu) 70 g ( <b>SEL.</b> ) Salata zielona 10 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem (bez pieprzu) 70 g ( <b>SEL.</b> ) Miód (25g) 1 szt Salata zielona 10 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb Graham 75 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem ( ) 70 g ( <b>SEL.</b> ) Salata zielona 10 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb Graham 90 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Ogórek świeży 50 g Salata zielona 10 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE</b> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem (bez pieprzu) 70 g ( <b>SEL.</b> ) Salata zielona 10 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Jabłko 150 g Ogórek świeży 50 g Salata zielona 10 g	
	PN	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt			Pieczyczo chrupkie ekstrudowane-żytnie 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 25 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 25 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 20 g	Pieczyczo chrupkie żytnie, kefir (pieczywo chrupkie 25g, kefir 200ml, masło 5g) 1 szt ( <b>MLE</b> )	
		Wartość energetyczna: 2151.49 kcal; Białko ogółem: 84.16 g; Tłuszcz: 77.31 g; Kw. tł. nasy.: 31.66 g; Węglowodany ogółem: 298.39 g; W tym cukry: 82.82 g; Błonnik pok.: 21.28 g; Sód: 2825.03 mg;	Wartość energetyczna: 2005.27 kcal; Białko ogółem: 41.31 g; Tłuszcz: 71.95 g; Kw. tł. nasy.: 27.68 g; Węglowodany ogółem: 311.67 g; W tym cukry: 96.80 g; Błonnik pok.: 21.61 g; Sód: 821.41 mg;	Wartość energetyczna: 1914.64 kcal; Białko ogółem: 92.87 g; Tłuszcz: 43.89 g; Kw. tł. nasy.: 20.09 g; Węglowodany ogółem: 301.47 g; W tym cukry: 84.65 g; Błonnik pok.: 17.85 g; Sód: 2790.82 mg;	Wartość energetyczna: 2187.46 kcal; Białko ogółem: 90.28 g; Tłuszcz: 72.21 g; Kw. tł. nasy.: 19.39 g; Węglowodany ogółem: 321.93 g; W tym cukry: 85.94 g; Błonnik pok.: 30.29 g; Sód: 2630.46 mg;	Wartość energetyczna: 2191.15 kcal; Białko ogółem: 99.64 g; Tłuszcz: 79.89 g; Kw. tł. nasy.: 29.13 g; Węglowodany ogółem: 298.37 g; W tym cukry: 37.75 g; Błonnik pok.: 37.10 g; Sód: 2732.36 mg;	Wartość energetyczna: 1771.28 kcal; Białko ogółem: 89.60 g; Tłuszcz: 50.10 g; Kw. tł. nasy.: 18.51 g; Węglowodany ogółem: 261.28 g; W tym cukry: 38.15 g; Błonnik pok.: 28.38 g; Sód: 3433.94 mg;	Wartość energetyczna: 2117.77 kcal; Białko ogółem: 96.82 g; Tłuszcz: 88.32 g; Kw. tł. nasy.: 33.70 g; Węglowodany ogółem: 249.22 g; W tym cukry: 73.67 g; Błonnik pok.: 24.84 g; Sód: 2201.60 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-24 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

	KRK- NAR IV D02 Łatwo strawna	KRK- NAR IVB D08 Niskobiałkowa	KRK- NAR IVT D05 Z ograniczeniem tłuszczu	KRK- NAR V D03/M O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych	KRK- NAR VI D03 ogr.latw.przys.węglow.-podstaw.	KRK- NAR VIA D03/D02 Z ogr.latw.przysw.węglow.-latwostr.z ogr.tł.	KRK- NAR VIB C03 Z ogr.latw.przys.węglow./Kob.cięż.	
2026-05-17 niedziela	<p><b>Śniadanie</b></p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 100g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Masło extra 82% 15 g (<b>MLE</b>)                      Twarożek 60 g (<b>MLE</b>)                      Jabłko pieczone 150 g                      Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<b>MLE</b>)                      Salata zielona 10 g</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml                      Chleb bezglutenowy 100 g (<b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b>)                      Masło extra 82% 20 g (<b>MLE</b>)                      Twarożek 30 g (<b>MLE</b>)                      Jabłko pieczone 150 g                      Salata zielona 10 g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b>)                      Bułka pszenna długa krojona 100 g (<b>GLU PSZ.</b>)                      Masło extra 82% 10 g (<b>MLE</b>)                      Twarożek 60 g (<b>MLE</b>)                      Jabłko pieczone 150 g                      Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<b>MLE</b>)                      Salata zielona 10 g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b>)                      Chleb Graham 75 g (<b>GLU PSZ</b>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<b>MLE</b>)                      Twarożek 60 g (<b>MLE</b>)                      Jabłko pieczone 150 g                      Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<b>MLE</b>)                      Salata zielona 10 g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b>)                      Chleb Graham 90 g (<b>GLU PSZ</b>)                      Masło extra 82% 10 g (<b>MLE</b>)                      Twarożek 60 g (<b>MLE</b>)                      Papyryka konserwowa 50 g                      Salata zielona 10 g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Masło extra 82% 10 g (<b>MLE</b>)                      Twarożek 60 g (<b>MLE</b>)                      Papyryka konserwowa 50 g                      Salata zielona 10 g</p>	<p>Masło extra 82% 10 g (<b>MLE</b>)                      Ser żółty 50 g (<b>MLE</b>)                      Papyryka konserwowa 50 g                      Jabłko 150 g                      Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml                      Chleb pełnoziarnisty 45 g (<b>GLU PSZ</b>)                      Salata zielona 10 g</p>	
	II ŚN	Wafle ryżowe 30 g			Wafle ryżowe 30 g		<p>Jogurt naturalny 100g 1 szt (<b>MLE</b>)                      Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml                      Chleb pełnoziarnisty 30 g (<b>GLU PSZ</b>)                      Masło extra 82% 5 g (<b>MLE</b>)                      Sznka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b>)                      Pomidor 50 g</p>	
	Obiad	<p>Rosół z makaronem 400 ml (<b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b>)                      Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g                      Dramstik z kurczaka gotowany 180 g                      Buraczki gotowane z olejem 150 g                      Kompotowocowy* z/c 300 ml</p>	<p>Gryskowa (bez soli) 400 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)                      Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g                      Potrawka drobiowa (bez pieprzu i soli) 80 g (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)                      Buraczki gotowane z olejem 150 g                      Kompotowocowy* z/c 300 ml</p>	<p>Gryskowa 400 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)                      Ziemniaki gotowane 200 g                      Potrawka drobiowa (bez pieprzu) 150 g (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)                      Buraczki gotowane z olejem 150 g                      Kompotowocowy* z/c 300 ml</p>	<p>Rosół z makaronem 400 ml (<b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b>)                      Ziemniaki gotowane 200 g                      Dramstik z kurczaka gotowany 180 g                      Kompotowocowy* z/c 300 ml                      Buraczki gotowane z olejem 150 g</p>	<p>Rosół z makaronem 400 ml (<b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b>)                      Dramstik z kurczaka gotowany 180 g                      Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g                      Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g                      Szpinak (liście) gotowany z olejem* 100 g (<b>GLU PSZ</b>)                      Kompotowocowy* b/c 300 ml</p>	<p>Rosół z makaronem 400 ml (<b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b>)                      Potrawka drobiowa (bez pieprzu) 150 g (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)                      Ziemniaki gotowane 200 g                      Buraczki gotowane z olejem 100 g                      Szpinak (liście) gotowany z olejem* 100 g (<b>GLU PSZ</b>)                      Kompotowocowy* b/c 300 ml</p>	<p>Rosół z makaronem 200 ml (<b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b>)                      Dramstik z kurczaka gotowany 180 g                      Ziemniaki gotowane 100 g                      Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g                      Szpinak (liście) gotowany z olejem* 100 g (<b>GLU PSZ</b>)                      Kompotowocowy* b/c 300 ml</p>
	PD				Kefir 2% tł 200 ml ( <b>MLE</b> )		<p>Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g (<b>SEL.</b>)                      Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml                      Chleb pełnoziarnisty 30 g (<b>GLU PSZ</b>)                      Masło extra 82% 5 g (<b>MLE</b>)                      Twaróg półtłusty 50 g (<b>MLE</b>)                      Salata zielona 5 g</p>	
	Kolacja	<p>Woda mineralna niegazowana 250 ml                      Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml                      Chleb mieszany pszenno-żytni 100g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Masło extra 82% 15 g (<b>MLE</b>)                      Sznka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</b>)                      Pomidor b/skórki 50 g                      Salata zielona 10 g</p>	<p>Woda mineralna niegazowana 250 ml                      Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml                      Chleb bezglutenowy 100 g (<b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b>)                      Masło extra 82% 15 g (<b>MLE</b>)                      Sznka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 30 g (<b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</b>)                      Pomidor b/skórki 50 g                      Dżem 30 g                      Salata zielona 10 g</p>	<p>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>)                      Sznka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</b>)                      Pomidor b/skórki 50 g                      Salata zielona 10 g</p>	<p>Woda mineralna niegazowana 250 ml                      Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml                      Chleb Graham 75 g (<b>GLU PSZ</b>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<b>MLE</b>)                      Sznka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</b>)                      Pomidor 50 g                      Salata zielona 10 g</p>	<p>Woda mineralna niegazowana 250 ml                      Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml                      Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Masło extra 82% 10 g (<b>MLE</b>)                      Sznka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</b>)                      Pomidor b/skórki 50 g                      Salata zielona 10 g</p>	<p>Woda mineralna niegazowana 250 ml                      Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml                      Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Banan 100 g                      Sznka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</b>)                      Salata zielona 10 g</p>	
	PN	Biszkopty b/c 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )			<p>Chleb Graham 30 g (<b>GLU PSZ</b>)                      Masło extra 82% 5 g (<b>MLE</b>)                      Sznka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (<b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b>)                      Salata zielona 5 g</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Masło extra 82% 5 g (<b>MLE</b>)                      Sznka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (<b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b>)                      Salata zielona 5 g</p>	<p>Chleb pełnoziarnisty 30 g (<b>GLU PSZ</b>)                      Masło extra 82% 5 g (<b>MLE</b>)                      Sznka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (<b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b>)                      Salata zielona 5 g</p>	
	Wartość energetyczna: 2348.04 kcal; Białko ogółem: 107.50 g; Tłuszcz: 82.01 g; Kw. tł. nasy.: 34.17 g; Węglowodany ogółem: 310.92 g; W tym cukry: 76.60 g; Błonnik pok.: 20.41 g; Sód: 2928.09 mg;	Wartość energetyczna: 1906.06 kcal; Białko ogółem: 40.38 g; Tłuszcz: 61.10 g; Kw. tł. nasy.: 26.24 g; Węglowodany ogółem: 311.45 g; W tym cukry: 74.35 g; Błonnik pok.: 23.51 g; Sód: 848.58 mg;	Wartość energetyczna: 2023.74 kcal; Białko ogółem: 82.44 g; Tłuszcz: 41.00 g; Kw. tł. nasy.: 17.45 g; Węglowodany ogółem: 345.26 g; W tym cukry: 80.26 g; Błonnik pok.: 20.72 g; Sód: 2327.28 mg;	Wartość energetyczna: 2231.89 kcal; Białko ogółem: 111.93 g; Tłuszcz: 73.09 g; Kw. tł. nasy.: 22.32 g; Węglowodany ogółem: 304.20 g; W tym cukry: 77.27 g; Błonnik pok.: 24.24 g; Sód: 2729.22 mg;	Wartość energetyczna: 2147.80 kcal; Białko ogółem: 122.85 g; Tłuszcz: 82.98 g; Kw. tł. nasy.: 33.49 g; Węglowodany ogółem: 252.58 g; W tym cukry: 27.94 g; Błonnik pok.: 25.52 g; Sód: 3005.50 mg;	Wartość energetyczna: 1866.70 kcal; Białko ogółem: 89.58 g; Tłuszcz: 51.28 g; Kw. tł. nasy.: 20.43 g; Węglowodany ogółem: 278.89 g; W tym cukry: 48.96 g; Błonnik pok.: 23.07 g; Sód: 2974.03 mg;	Wartość energetyczna: 2262.71 kcal; Białko ogółem: 127.87 g; Tłuszcz: 109.29 g; Kw. tł. nasy.: 45.06 g; Węglowodany ogółem: 204.64 g; W tym cukry: 53.59 g; Błonnik pok.: 18.98 g; Sód: 3454.87 mg;	

	KRK- NAR IV D02 Łatwo strawna	KRK- NAR IVB D08 Niskobiałkowa	KRK- NAR IVT D05 Z ograniczeniem tłuszczu	KRK- NAR V D03/M O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych	KRK- NAR VI D03 ogr.latw.przys.węglow.-podstaw.	KRK- NAR VIA D03/D02 Z ogr.latw.przysw.węglow.-latwostr. z ogr.tł.	KRK- NAR VIB C03 Z ogr.latw.przys.węglow./Kob.cięż.
Śniadanie	Platki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Dżem 30 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Salata strzebiasta czerwona 10 g	Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Dżem 30 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Salata strzebiasta czerwona 10 g	Platki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Salata strzebiasta czerwona 10 g	Platki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW</b> ) Chleb Graham 75 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE</b> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Ogórek świeży 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Salata strzebiasta czerwona 10 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Chleb Graham 90 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Ogórek świeży 50 g Salata strzebiasta czerwona 10 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Salata strzebiasta czerwona 10 g	Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Ogórek świeży 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Salata strzebiasta czerwona 10 g
II ŚN		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem prażonym z/c 150 ml			Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ) Salata zielona 5 g
Obiad	Wielowarzynna z ziemniakami 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ryż na sypko z tłuszczem 200 g Mus z jabłek () z/c 150 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <b>MLE</b> ) Kompotowocowy* z/c 300 ml	Wielowarzynna z ziemniakami (bez soli) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ryż na sypko z tłuszczem (bez soli) 200 g Mus z jabłek () z/c 150 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <b>MLE</b> ) Kompotowocowy* z/c 300 ml	Wielowarzynna z ziemniakami 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 150 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <b>MLE</b> ) Kompotowocowy* z/c 300 ml	Wielowarzynna z ziemniakami 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ryż na sypko z tłuszczem (brązowy) 200 g Pulpet wieprzowy 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Marchew oprószana z olejem 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Surowka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g ( <b>MLE</b> ) Kompotowocowy* b/c 300 ml	Wielowarzynna z ziemniakami 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy (bez pieprzu) 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Marchew oprószana z olejem 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml	Wielowarzynna z ziemniakami 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 100 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu i pieprzu) 90 g ( <b>JAJ</b> ) Surowka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g ( <b>MLE</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml	
PD				Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )		Marchew oprószana z olejem 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 50 g	
Kolejka	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 10 g Pasta z brokuła * 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 30 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 10 g Pasta z brokuła * 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 10 g Pasta z brokuła * 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb Graham 75 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu i rzodkiewki 70 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 10 g Pomidor 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb Graham 90 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu i rzodkiewki 70 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 10 g Pasta z brokuła * 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 10 g Pasta z brokuła * 50 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z brokuła * 50 g Salata zielona 10 g
PN	Mus owocowo-warzynny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Biszkopty b/c 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )	Mus owocowo-warzynny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt	Pieczycwo chrupkie ekstrudowane-żytnie 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 25 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 25 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 5 g	Pieczycwo chrupkie żytnie, kefir(pieczycwo chrupkie 25g, kefir 200ml, masło 5g) 1 szt ( <b>MLE</b> )
	Wartość energetyczna: 2201.97 kcal; Białko ogółem: 71.17 g; Tłuszcz: 61.22 g; Kw. tł. nasy.: 27.55 g; Węglowodany ogółem: 363.42 g; W tym cukry: 77.93 g; Błonnik pok.: 23.84 g; Sód: 2573.92 mg;	Wartość energetyczna: 1973.51 kcal; Białko ogółem: 31.74 g; Tłuszcz: 57.04 g; Kw. tł. nasy.: 21.50 g; Węglowodany ogółem: 349.64 g; W tym cukry: 83.17 g; Błonnik pok.: 22.23 g; Sód: 598.77 mg;	Wartość energetyczna: 2214.72 kcal; Białko ogółem: 76.85 g; Tłuszcz: 46.49 g; Kw. tł. nasy.: 21.67 g; Węglowodany ogółem: 390.67 g; W tym cukry: 99.81 g; Błonnik pok.: 21.46 g; Sód: 2074.42 mg;	Wartość energetyczna: 2059.64 kcal; Białko ogółem: 72.40 g; Tłuszcz: 50.90 g; Kw. tł. nasy.: 18.68 g; Węglowodany ogółem: 356.78 g; W tym cukry: 90.53 g; Błonnik pok.: 25.39 g; Sód: 2208.36 mg;	Wartość energetyczna: 2029.38 kcal; Białko ogółem: 92.19 g; Tłuszcz: 68.72 g; Kw. tł. nasy.: 26.43 g; Węglowodany ogółem: 289.26 g; W tym cukry: 39.42 g; Błonnik pok.: 35.42 g; Sód: 2630.32 mg;	Wartość energetyczna: 1944.18 kcal; Białko ogółem: 86.95 g; Tłuszcz: 61.07 g; Kw. tł. nasy.: 22.16 g; Węglowodany ogółem: 278.33 g; W tym cukry: 39.49 g; Błonnik pok.: 22.39 g; Sód: 2860.61 mg;	Wartość energetyczna: 2019.20 kcal; Białko ogółem: 103.00 g; Tłuszcz: 93.50 g; Kw. tł. nasy.: 40.21 g; Węglowodany ogółem: 201.68 g; W tym cukry: 47.91 g; Błonnik pok.: 20.43 g; Sód: 2771.30 mg;

	KRK- NAR IV D02 Łatwo strawna	KRK- NAR IVB D08 Niskobiałkowa	KRK- NAR IVT D05 Z ograniczeniem tłuszczu	KRK- NAR V D03/M O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych	KRK- NAR VI D03 ogr.latw.przys.węglow.-podstaw.	KRK- NAR VIA D03/D02 Z ogr.latw.przysw.węglow.-latwostr.z ogr.tł.	KRK- NAR VIB C03 Z ogr.latw.przys.węglow./Kob.cież.	
2026-05-19 wtorek	Śniadanie	Kefir 2% tł 200 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 50g ( <b>MLE</b> ) Pomidor b/skórki 50g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Rukola 10g	Chleb bezglutenowy 100g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 25g ( <b>MLE</b> ) Pomidor b/skórki 50g Miód (25g) 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Rukola 10g	Kefir 2% tł 200 ml ( <b>MLE</b> ) Bulka pszenna długa krojona 100g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 50g ( <b>MLE</b> ) Pomidor b/skórki 50g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Rukola 10g	Kefir 2% tł 200 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb Graham 75g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 50g ( <b>MLE</b> ) Rzodkiew biała 50g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Rukola 10g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb Graham 90g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 50g ( <b>MLE</b> ) Rzodkiew biała 50g Rukola 10g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 50g ( <b>MLE</b> ) Pomidor b/skórki 50g Rukola 10g	Chleb pełnoziarnisty 45g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 50g ( <b>MLE</b> ) Rzodkiew biała 50g Jabłko 150g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Rukola 10g
		Podplomyki b/c 20g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )				Podplomyki b/c 20g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )		Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb pełnoziarnisty 30g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 50g
	Obiad	Solferino 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko z tłuszczem 200g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa (bez pieprzu) 80g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy (bez pieprzu) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraćki gotowane 150g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Solferino (bez soli) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa (bez pieprzu) 40g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy (bez pieprzu i soli) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraćki gotowane 150g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Solferino 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa (bez pieprzu) 80g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy (bez pieprzu) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraćki gotowane 150g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 80g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surowka z kapusty czerwonej z olejem 150g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko z tłuszczem 200g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 80g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Szpinak (liście) gotowany z olejem* 100g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surowka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100g Kompotowocowy* b/c 300 ml	Solferino 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa (bez pieprzu) 80g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy (bez pieprzu) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Szpinak (liście) gotowany z olejem* 100g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Buraćki gotowane 100g Kompotowocowy* b/c 300 ml	Solferino 200 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 100g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Klopsik wieprzowy (bez glutenu) 90g ( <b>JAJ.</b> ) Szpinak (liście) gotowany z olejem* 100g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surowka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100g Kompotowocowy* b/c 300 ml
						Surowka z rzepy, jabłka i marchewki 200g ( <b>MLE</b> )		Jabłko pieczone 150g
	Kolacja	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE</b> ) Ryba (miruna) po grecku (bez pieprzu) 100g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Pomidor b/skórki 50g Sałata zielona 10g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb bezglutenowy 100g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE</b> ) Ryba (miruna) po grecku (bez pieprzu) 50g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Pomidor b/skórki 50g Dżem 30g Sałata zielona 10g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bulka pszenna długa krojona 100g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Ryba (miruna) po grecku (bez pieprzu) 100g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Pomidor b/skórki 50g Sałata zielona 10g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb Graham 75g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15g ( <b>MLE</b> ) Ryba (miruna) po grecku (bez pieprzu) 100g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Pomidor 50g Sałata zielona 10g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb Graham 90g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 50g Sałata zielona 10g Ryba (miruna) po grecku (bez pieprzu) 100g ( <b>RYB, SEL.</b> )	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10g ( <b>MLE</b> ) Ryba (miruna) po grecku (bez pieprzu) 100g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Pomidor b/skórki 50g Sałata zielona 10g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb pełnoziarnisty 45g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Ryba (miruna) po grecku (bez pieprzu) 100g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Banan 100g Sałata zielona 10g
				Banan 200g		Chleb Graham 30g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Sałata zielona 5g		Chleb mieszany pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Sałata zielona 5g
PN	Wartość energetyczna: 2155.01 kcal; Białko ogółem: 89.48 g; Tłuszcz: 57.62 g; Kw. tł. nasy.: 24.18 g; Węglowodany ogółem: 329.68 g; W tym cukry: 69.32 g; Błonnik pok.: 23.12 g; Sód: 2687.71 mg;	Wartość energetyczna: 2001.27 kcal; Białko ogółem: 45.59 g; Tłuszcz: 47.68 g; Kw. tł. nasy.: 19.24 g; Węglowodany ogółem: 361.74 g; W tym cukry: 121.76 g; Błonnik pok.: 26.71 g; Sód: 694.05 mg;	Wartość energetyczna: 2212.01 kcal; Białko ogółem: 96.96 g; Tłuszcz: 43.58 g; Kw. tł. nasy.: 18.62 g; Węglowodany ogółem: 373.31 g; W tym cukry: 110.06 g; Błonnik pok.: 23.52 g; Sód: 2116.91 mg;	Wartość energetyczna: 2292.39 kcal; Białko ogółem: 101.55 g; Tłuszcz: 59.04 g; Kw. tł. nasy.: 16.81 g; Węglowodany ogółem: 369.54 g; W tym cukry: 104.38 g; Błonnik pok.: 38.13 g; Sód: 2361.95 mg;	Wartość energetyczna: 2114.96 kcal; Białko ogółem: 105.88 g; Tłuszcz: 60.93 g; Kw. tł. nasy.: 22.01 g; Węglowodany ogółem: 320.07 g; W tym cukry: 31.08 g; Błonnik pok.: 43.64 g; Sód: 2575.38 mg;	Wartość energetyczna: 1885.85 kcal; Białko ogółem: 88.28 g; Tłuszcz: 47.32 g; Kw. tł. nasy.: 17.01 g; Węglowodany ogółem: 294.86 g; W tym cukry: 42.85 g; Błonnik pok.: 26.11 g; Sód: 2629.70 mg;	Wartość energetyczna: 2015.38 kcal; Białko ogółem: 111.12 g; Tłuszcz: 81.50 g; Kw. tł. nasy.: 32.01 g; Węglowodany ogółem: 222.50 g; W tym cukry: 59.57 g; Błonnik pok.: 22.25 g; Sód: 2417.98 mg;	

	KRK- NAR IV D02 Łatwo strawna	KRK- NAR IVB D08 Niskobiałkowa	KRK- NAR IVT D05 Z ograniczeniem tłuszczu	KRK- NAR V D03M O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych	KRK- NAR VI D03 ogr.latw.przys.węglow.-podstaw.	KRK- NAR VIA D03/D02 Z ogr.latw.przysw.węglow.-latwostr.z ogr.tł.	KRK- NAR VIB C03 Z ogr.latw.przys.węglow./Kob.cięż.	
2026-05-20 środa	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE</u> ) Serek homo. naturalny 80g ( <u>MLE</u> ) Jabłka prażone b/c 150g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Salata zielona 10g	Chleb bezglutenowy 100g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ</u> ) Masło extra 82% 20g ( <u>MLE</u> ) Serek homo. naturalny 40g ( <u>MLE</u> ) Jabłka prażone b/c 150g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Salata zielona 10g	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10g ( <u>MLE</u> ) Serek homo. naturalny 80g ( <u>MLE</u> ) Jabłka prażone b/c 150g Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Salata zielona 10g	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb Graham 75g ( <u>GLU PSZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15g ( <u>MLE</u> ) Serek homo. naturalny 80g ( <u>MLE</u> ) Jabłka prażone b/c 150g Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Salata zielona 10g	Kawa zbożowa z mlekiem/b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Chleb Graham 90g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10g ( <u>MLE</u> ) Serek homo. naturalny 80g ( <u>MLE</u> ) Jabłka prażone b/c 150g Salata zielona 10g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10g ( <u>MLE</u> ) Serek homo. naturalny 80g ( <u>MLE</u> ) Jabłka prażone b/c 150g Salata zielona 10g	Chleb pełnoziarnisty 45g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10g ( <u>MLE</u> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u> ) Pomidor 50g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Salata zielona 10g
		II ŚN	Wafle ryżowe 30g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb pełnoziarnisty 30g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 5g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Salata zielona 5g	
2026-05-20 środa	Obiad	Grycikowa 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200g Filet z kurczaka gotowany 80g Sos bazyliowy (bez pieprzu) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kompotowocowy* z/c 300 ml Fasolka szparagowa z wody* 150g	Grycikowa (bez soli) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowanie 200g Filet z kurczaka gotowany 40g Sos bazyliowy (bez soli) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kompotowocowy* z/c 300 ml Fasolka szparagowa z wody* 150g	Grycikowa 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane 200g Filet z kurczaka gotowany 80g Sos bazyliowy (bez pieprzu) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kompotowocowy* z/c 300 ml Fasolka szparagowa z wody* 150g	Grycikowa 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200g Filet z kurczaka gotowany 80g Sos bazyliowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Fasolka szparagowa z wody* 100g Marchew i cukinia gotowana z olejem* 100g ( <u>może zawierać: SEL</u> ) Kompotowocowy* b/c 300 ml	Grycikowa 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane 200g Filet z kurczaka gotowany 80g Sos bazyliowy (bez pieprzu) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Fasolka szparagowa z wody* 100g Marchew i cukinia gotowana z olejem* 100g ( <u>może zawierać: SEL</u> ) Kompotowocowy* b/c 300 ml	Grycikowa 200 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane 100g Filet z kurczaka gotowany 90g Fasolka szparagowa z wody* 100g Marchew i cukinia gotowana z olejem* 100g ( <u>może zawierać: SEL</u> ) Kompotowocowy* b/c 300 ml	
		PD			Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200g	Dynia duszona z olejem* (bez pieprzu) 200g ( <u>GLU PSZ</u> )	Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb pełnoziarnisty 30g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 5g ( <u>MLE</u> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u> ) Pomidor 50g	
2026-05-20 środa	Kolacja	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE</u> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Cwikła z jabłkiem 50g Salata lodowa 10g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb bezglutenowy 100g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE</u> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 25g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Cwikła z jabłkiem 50g Dżem 25g Salata lodowa 10g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10g ( <u>MLE</u> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Cwikła z jabłkiem 50g Salata lodowa 10g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb Graham 75g ( <u>GLU PSZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15g ( <u>MLE</u> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Ogórek świeży 50g Salata lodowa 10g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb Graham 90g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10g ( <u>MLE</u> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Ogórek świeży 50g Salata lodowa 10g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10g ( <u>MLE</u> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Cwikła z jabłkiem 50g Salata lodowa 10g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb pełnoziarnisty 45g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10g ( <u>MLE</u> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Banan 100g Salata lodowa 10g Ogórek świeży 50g
		PN	Przecier owocowy jablko-brzoskwinia 120g 1 szt		Pieczynko chrupkie ekstrudowane-żytnie 25g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Masło extra 82% 5g ( <u>MLE</u> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u> ) Salata zielona 5g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 5g ( <u>MLE</u> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u> ) Salata zielona 5g	Pieczynko chrupkie żytnie, kefir(pieczynko chrupkie 25g, kefir 200ml, masło 5g) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Masło extra 82% 5g ( <u>MLE</u> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u> ) Salata zielona 5g	
		Wartość energetyczna: 2138.12 kcal; Białko ogółem: 91.43 g; Tłuszcz: 52.88 g; Kw. tł. nasy.: 27.70 g; Węglowodany ogółem: 344.28 g; W tym cukry: 75.18 g; Błonnik pok.: 23.57 g; Sód: 2738.22 mg;	Wartość energetyczna: 1840.95 kcal; Białko ogółem: 41.48 g; Tłuszcz: 53.82 g; Kw. tł. nasy.: 25.06 g; Węglowodany ogółem: 313.60 g; W tym cukry: 61.08 g; Błonnik pok.: 24.81 g; Sód: 712.21 mg;	Wartość energetyczna: 2126.87 kcal; Białko ogółem: 103.21 g; Tłuszcz: 40.15 g; Kw. tł. nasy.: 20.87 g; Węglowodany ogółem: 354.62 g; W tym cukry: 77.56 g; Błonnik pok.: 20.78 g; Sód: 2318.78 mg;	Wartość energetyczna: 2006.93 kcal; Białko ogółem: 95.51 g; Tłuszcz: 43.95 g; Kw. tł. nasy.: 15.82 g; Węglowodany ogółem: 333.70 g; W tym cukry: 73.25 g; Błonnik pok.: 26.60 g; Sód: 2503.90 mg;	Wartość energetyczna: 1888.17 kcal; Białko ogółem: 97.47 g; Tłuszcz: 55.15 g; Kw. tł. nasy.: 24.82 g; Węglowodany ogółem: 283.48 g; W tym cukry: 29.31 g; Błonnik pok.: 34.67 g; Sód: 2616.43 mg;	Wartość energetyczna: 1827.95 kcal; Białko ogółem: 91.10 g; Tłuszcz: 45.77 g; Kw. tł. nasy.: 18.33 g; Węglowodany ogółem: 283.07 g; W tym cukry: 30.78 g; Błonnik pok.: 27.96 g; Sód: 2843.98 mg;	Wartość energetyczna: 1720.28 kcal; Białko ogółem: 100.17 g; Tłuszcz: 69.48 g; Kw. tł. nasy.: 30.51 g; Węglowodany ogółem: 183.97 g; W tym cukry: 51.94 g; Błonnik pok.: 14.82 g; Sód: 2722.23 mg;

	KRK- NAR IV D02 Łatwo strawna	KRK- NAR IVB D08 Niskobiałkowa	KRK- NAR IVT D05 Z ograniczeniem tłuszczu	KRK- NAR V D03/M O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych	KRK- NAR VI D03 ogr.latw.przys.węglow.-podstaw.	KRK- NAR VIA D03/D02 Z ogr.latw.przysw.węglow.-latwostr.z ogr.tł.	KRK- NAR VIB C03 Z ogr.latw.przys.węglow./Kob.cięż.
Stradańskie	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> ) Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Pomidor b/skórki 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Miód (25g) 1 szt Mix sałat 10 g Pomidor b/skórki 50 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> ) Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Pomidor b/skórki 50 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chleb Graham 75 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <u>MLE</u> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> ) Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Chleb Graham 90 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> ) Mix sałat 10 g Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> ) Mix sałat 10 g Pomidor b/skórki 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> ) Mix sałat 10 g Banan 100 g Pomidor 50 g
II SN		Biszkopty b/ml 30 g ( <u>GLUPSZ, JAJ.</u> )			Kefir 2% tł 200 ml ( <u>MLE</u> )		Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Pomidor 50 g
Chleb	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron z tłuszczem 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos mięsno warzywny (z mięsa wieprzowego) (bez pieprzu) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Brokuł gotowany* 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez soli) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron bezglutenowy 200 g Sos mięsno warzywny (z mięsa wieprzowego) (bez pieprzu) 80 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Brokuł gotowany (bez soli)* 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos jarzynowy (bez pieprzu) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Brokuł gotowany* 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron pełnoziarnisty z tłuszczem 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Zrazik wieprzowy pieczony mielony (bez pieprzu) 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzynna z olejem b/c 100 g ( <u>SEL.</u> ) Kompotowocowy* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron pełnoziarnisty z tłuszczem 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Zrazik wieprzowy pieczony mielony (bez pieprzu) 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy (bez pieprzu) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Brokuł gotowany* 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron pełnoziarnisty 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Zrazik wieprzowy mielony (bez glutenu) 90 g ( <u>JAJ.</u> ) Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzynna z olejem b/c 100 g ( <u>SEL.</u> ) Kompotowocowy* b/c 300 ml	
PD					Jabłko pieczone 150 g		Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Surówka z marchwi b/c 100 g ( <u>MLE</u> ) Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 5 g
Kolejka	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g ( <u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, SO2.</u> ) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 25 g ( <u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, SO2.</u> ) Dżem 25 g Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g ( <u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, SO2.</u> ) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb Graham 75 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasztet z ciecierzycy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Pomidor 50 g Salata zielona 10 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb Graham 90 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasztet z ciecierzycy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Pomidor 50 g Salata zielona 10 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g ( <u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, SO2.</u> ) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g ( <u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, SO2.</u> ) Jabłko 150 g Salata zielona 10 g
PN		Sok warzywny 0,3l 1 szt ( <u>SEL.</u> )			Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Filet zapiekany drobiowy 25 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Filet zapiekany drobiowy 25 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 5 g	Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Filet zapiekany drobiowy 25 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 5 g
	Wartość energetyczna: 2057.84 kcal; Białko ogółem: 83.05 g; Tłuszcz: 64.15 g; Kw. tł. nasy.: 23.99 g; Węglowodany ogółem: 303.94 g; W tym cukry: 67.68 g; Błonnik pok.: 20.83 g; Sód: 4186.19 mg;	Wartość energetyczna: 1982.30 kcal; Białko ogółem: 43.13 g; Tłuszcz: 62.80 g; Kw. tł. nasy.: 23.72 g; Węglowodany ogółem: 323.44 g; W tym cukry: 83.30 g; Błonnik pok.: 21.64 g; Sód: 1838.19 mg;	Wartość energetyczna: 1978.03 kcal; Białko ogółem: 100.69 g; Tłuszcz: 36.81 g; Kw. tł. nasy.: 15.30 g; Węglowodany ogółem: 323.35 g; W tym cukry: 68.62 g; Błonnik pok.: 16.67 g; Sód: 3714.85 mg;	Wartość energetyczna: 2168.10 kcal; Białko ogółem: 87.65 g; Tłuszcz: 71.26 g; Kw. tł. nasy.: 16.18 g; Węglowodany ogółem: 320.91 g; W tym cukry: 69.51 g; Błonnik pok.: 30.93 g; Sód: 3499.58 mg;	Wartość energetyczna: 2192.95 kcal; Białko ogółem: 97.15 g; Tłuszcz: 73.17 g; Kw. tł. nasy.: 23.16 g; Węglowodany ogółem: 316.62 g; W tym cukry: 49.77 g; Błonnik pok.: 35.85 g; Sód: 2691.46 mg;	Wartość energetyczna: 1803.69 kcal; Białko ogółem: 97.88 g; Tłuszcz: 40.87 g; Kw. tł. nasy.: 16.66 g; Węglowodany ogółem: 278.91 g; W tym cukry: 49.25 g; Błonnik pok.: 24.48 g; Sód: 3130.79 mg;	Wartość energetyczna: 1932.09 kcal; Białko ogółem: 106.70 g; Tłuszcz: 76.79 g; Kw. tł. nasy.: 31.63 g; Węglowodany ogółem: 215.57 g; W tym cukry: 59.49 g; Błonnik pok.: 20.81 g; Sód: 2764.17 mg;

	KRK- NAR IV D02 Łatwo strawna	KRK- NAR IVB D08 Niskobiałkowa	KRK- NAR IVT D05 Z ograniczeniem tłuszczu	KRK- NAR V D03/M O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych	KRK- NAR VI D03 ogr.latw.przys.węglow.-podstaw.	KRK- NAR VIA D03/D02 Z ogr.latw.przysw.węglow.-latwostr.z ogr.tł.	KRK- NAR VIB C03 Z ogr.latw.przys.węglow./Kob.cięż.	
2026-05-22 piątek	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 60 g ( <b>MLE</b> ) Miód (25g) 2 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Roszponka 10 g Jabłko 150 g	Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 30 g ( <b>MLE</b> ) Miód (25g) 2 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Roszponka 10 g	Platki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW, PSZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 60 g ( <b>MLE</b> ) Miód (25g) 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Roszponka 10 g Jabłko pieczone 150 g	Platki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW, PSZ.</b> ) Chleb Graham 75 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 60 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Roszponka 10 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb Graham 90 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 60 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 50 g Roszponka 10 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 60 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Roszponka 10 g	Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol.kaw.mięsa 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SOZ.</b> ) Pomidor 50 g Roszponka 10 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml
			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )			Maślanka 200 ml ( <b>MLE</b> )	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
2026-05-22 piątek	Obiad	Ryżowa 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Ryba pieczona (bez pieprzu) (Dorsz) 80 g ( <b>RYB.</b> ) Marchew z groszkiem * 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Ryżowa (bez soli) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Ryba pieczona (bez pieprzu) (Dorsz) 50 g Marchew z groszkiem * 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Ryżowa 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Ryba pieczona (bez pieprzu) (Dorsz) 80 g ( <b>RYB.</b> ) Marchew z groszkiem * 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Kalaforowa z ryżem 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 80 g ( <b>RYB.</b> ) Surowka z kapusty białej zolejem b/c 100 g Bukiet jarzyn oprószone z olejem 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompotowocowy* b/c 300 ml	Ryżowa 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Ryba pieczona (bez pieprzu) (Dorsz) 80 g ( <b>RYB.</b> ) Szinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Bukiet jarzyn oprószone z olejem 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompotowocowy* b/c 300 ml	Ryżowa 200 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane 150 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <b>RYB.</b> ) Surowka z kapusty białej zolejem b/c 100 g Szinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompotowocowy* b/c 300 ml	
					Warzywa po grecku (bez cukru) 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )	Warzywa po grecku (bez cukru) 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo. naturalny 40 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml		
2026-05-22 piątek	Kolacja	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z białek, twarogu z koperkiem 30 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 10 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z białek, twarogu z koperkiem 80 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb Graham 75 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z białek, twarogu z koperkiem 80 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Ogórek świeży 50 g Salata zielona 10 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb Graham 90 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Ogórek świeży 50 g Salata zielona 10 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z białek, twarogu z koperkiem 80 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g	Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Ogórek świeży 50 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml
			Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			Pieczyczo chrupkie ekstrudowane-żytnie 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 25 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 25 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor b/skórki 20 g	Pieczyczo chrupkie żytnie, kefir (pieczywo chrupkie 25g, kefir 200ml, masło 5g) 1 szt ( <b>MLE</b> )
	Wartość energetyczna: 2300.90 kcal; Białko ogółem: 83.67 g; Tłuszcz: 63.11 g; Kw. tł. nasy.: 30.34 g; Węglowodany ogółem: 369.54 g; W tym cukry: 124.02 g; Błonnik pok.: 27.60 g; Sód: 2431.38 mg;	Wartość energetyczna: 1914.88 kcal; Białko ogółem: 41.91 g; Tłuszcz: 61.25 g; Kw. tł. nasy.: 28.21 g; Węglowodany ogółem: 313.16 g; W tym cukry: 98.27 g; Błonnik pok.: 25.82 g; Sód: 623.05 mg;	Wartość energetyczna: 2316.35 kcal; Białko ogółem: 99.76 g; Tłuszcz: 51.34 g; Kw. tł. nasy.: 24.12 g; Węglowodany ogółem: 380.02 g; W tym cukry: 126.82 g; Błonnik pok.: 24.80 g; Sód: 1976.03 mg;	Wartość energetyczna: 1986.96 kcal; Białko ogółem: 92.15 g; Tłuszcz: 54.61 g; Kw. tł. nasy.: 19.05 g; Węglowodany ogółem: 307.11 g; W tym cukry: 73.13 g; Błonnik pok.: 28.77 g; Sód: 2197.96 mg;	Wartość energetyczna: 1897.62 kcal; Białko ogółem: 89.97 g; Tłuszcz: 65.33 g; Kw. tł. nasy.: 25.57 g; Węglowodany ogółem: 265.22 g; W tym cukry: 49.99 g; Błonnik pok.: 34.50 g; Sód: 2263.86 mg;	Wartość energetyczna: 1820.36 kcal; Białko ogółem: 88.68 g; Tłuszcz: 55.78 g; Kw. tł. nasy.: 19.52 g; Węglowodany ogółem: 260.12 g; W tym cukry: 45.31 g; Błonnik pok.: 27.25 g; Sód: 2430.14 mg;	Wartość energetyczna: 1863.78 kcal; Białko ogółem: 95.61 g; Tłuszcz: 74.71 g; Kw. tł. nasy.: 29.53 g; Węglowodany ogółem: 214.94 g; W tym cukry: 63.39 g; Błonnik pok.: 22.22 g; Sód: 2444.76 mg;	

	KRK- NAR IV D02 Łatwo strawna	KRK- NAR IVB D08 Niskobiałkowa	KRK- NAR IVT D05 Z ograniczeniem tłuszczu	KRK- NAR V D03/M O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych	KRK- NAR VI D03 ogr.latw.przys.węglow.-podstaw.	KRK- NAR VIA D03/D02 Z ogr.latw.przysw.węglow.-latwostr.z ogr.tł.	KRK- NAR VIB C03 Z ogr.latw.przys.węglow./Kob.cież.
Śniadanie	Kefir 2% tł 200 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 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> ) Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Pomidor b/skórki 50 g	Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Mus z jabłek ( ) z/c 50 g Pomidor b/skórki 50 g	Kefir 2% tł 200 ml ( <b>MLE</b> ) Bulka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Pomidor b/skórki 50 g	Kefir 2% tł 200 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb Graham 75 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE</b> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb Graham 90 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Rukola 10 g Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Rukola 10 g Pomidor b/skórki 50 g	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> ) Rukola 10 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Pomidor 50 g
	II ŚN		Wafle ryżowe 30 g	Banan 200 g		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 50 g
Obiad	Selerowa z ziemniakami 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko z tłuszczem 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Potrawka drobiowa (bez pieprzu) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem (bez pieprzu) 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez soli) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko z tłuszczem (bez soli) 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Potrawka drobiowa (bez pieprzu) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Potrawka drobiowa (bez soli i pieprzu) 80 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem (bez soli i pieprzu) 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Potrawka drobiowa (bez pieprzu) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem (bez pieprzu) 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko z tłuszczem 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Potrawka drobiowa 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko z tłuszczem 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Potrawka drobiowa 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Potrawka drobiowa (bez pieprzu) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem (bez pieprzu) 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml Marchew gotowana z olejem 100 g	Selerowa z ziemniakami 200 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 100 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Potrawka drobiowa (bez glutenu) 150 g ( <b>SEL.</b> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g
	PD				Fasolka szparagowa z wody* 200 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Surówka z marchwi b/c 100 g ( <b>MLE</b> ) Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 5 g	
Kolacja	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Salatka z ryżu i brokułów- dieta 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> )	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Salata zielona 10 g Miód (25g) 1 szt	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bulka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Salatka z ryżu i brokułów- dieta 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> )	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb Graham 75 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Salatka z ryżu i brokułów 100 g ( <b>JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> )	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb Graham 90 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 50 g Salata zielona 10 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem (bez pieprzu) 70 g ( <b>SEL.</b> ) Salata zielona 10 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 50 g Salata zielona 10 g
	PN		Sok warzywno-owocowy tłoczony 0,33l 1 szt		Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 25 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 25 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 5 g	Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 25 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 5 g
	Wartość energetyczna: 2170.08 kcal; Białko ogółem: 78.31 g; Tłuszcz: 63.03 g; Kw. tł. nasy.: 25.46 g; Węglowodany ogółem: 347.55 g; W tym cukry: 95.17 g; Błonnik pok.: 24.93 g; Sód: 3026.26 mg;	Wartość energetyczna: 2033.14 kcal; Białko ogółem: 37.74 g; Tłuszcz: 63.38 g; Kw. tł. nasy.: 23.28 g; Węglowodany ogółem: 349.74 g; W tym cukry: 98.19 g; Błonnik pok.: 25.69 g; Sód: 771.24 mg;	Wartość energetyczna: 2293.28 kcal; Białko ogółem: 85.84 g; Tłuszcz: 51.78 g; Kw. tł. nasy.: 19.90 g; Węglowodany ogółem: 394.28 g; W tym cukry: 135.91 g; Błonnik pok.: 25.33 g; Sód: 2515.46 mg;	Wartość energetyczna: 2132.58 kcal; Białko ogółem: 82.13 g; Tłuszcz: 64.38 g; Kw. tł. nasy.: 17.50 g; Węglowodany ogółem: 337.83 g; W tym cukry: 95.54 g; Błonnik pok.: 28.49 g; Sód: 2829.85 mg;	Wartość energetyczna: 1825.43 kcal; Białko ogółem: 86.69 g; Tłuszcz: 57.38 g; Kw. tł. nasy.: 23.08 g; Węglowodany ogółem: 271.09 g; W tym cukry: 30.73 g; Błonnik pok.: 34.71 g; Sód: 3361.40 mg;	Wartość energetyczna: 1876.63 kcal; Białko ogółem: 83.81 g; Tłuszcz: 59.20 g; Kw. tł. nasy.: 20.77 g; Węglowodany ogółem: 274.82 g; W tym cukry: 36.44 g; Błonnik pok.: 32.93 g; Sód: 3052.68 mg;	Wartość energetyczna: 1806.62 kcal; Białko ogółem: 88.14 g; Tłuszcz: 78.65 g; Kw. tł. nasy.: 34.11 g; Węglowodany ogółem: 199.54 g; W tym cukry: 42.56 g; Błonnik pok.: 19.05 g; Sód: 3445.19 mg;

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

### **Oznaczenia alergenów:**

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeniczny,  
SKO - Skorupiaki i pochodne,  
JAJ - Jaja i pochodne,  
RYB - Ryby i pochodne,  
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,  
SOJ - Soja i pochodne,  
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,  
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,  
SEL - Seler i pochodne,  
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,  
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,  
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,  
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,  
MCK - Mięczaki i pochodne,  
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,  
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,  
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,  
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

### **Oznaczenia wskaźników odż.:**

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],  
Białko ogółem - Białko ogółem wg rozp. 1169/2011,  
Tłuszcz - Tłuszcz,  
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,  
Sód - Sód,  
Sól - Sól,  
Potas - Potas,  
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,  
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,  
Ener z B. - % energii z białka,  
Ener. z T. - % energii z tłuszczu,  
Ener z W. - % energii z węglowodanów,  
W tym cukry - w tym cukry,  
WW - WW,