Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-12 do dnia 2025-05-25 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI

		KRK- WAD 2 Łatwo strawna	KRK- WAD 6/P7/C3 Z ogr.łatwo przys. węglowodanów
2025-05-12 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 40 g (***MLE,***) Sałata zielona 35 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 40 g (***MLE,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN		Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 150 ml
	Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (***GLU PSZ, MLE,***) Sos bazyliowy* 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Fasolowa z ziemniakami () 350 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos bazyliowy* 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD		Jogurt naturalny 100g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Twarożek 80 g (***MLE,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 20 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Twarożek 80 g (***MLE,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 20 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata zielona 5 g
		Wartość energetyczna: 2278.87 kcal; Białko ogółem: 92.38 g; Tłuszcz: 58.51 g; Kw. tł. nasy.: 26.00 g; Węglowodany ogółem: 362.55 g; W tym cukry: 102.06 g; Błonnik pok.: 31.64 g; Sól: 5.73 g;	Wartość energetyczna: 2201.90 kcal; Białko ogółem: 108.73 g; Tłuszcz: 65.67 g; Kw. tł. nasy.: 28.09 g; Węglowodany ogółem: 309.02 g; W tym cukry: 46.69 g; Błonnik pok.: 40.25 g; Sól: 6.40 g;

		KRK- WAD 2 Łatwo strawna	KRK- WAD 6/P7/C3 Z ogr.łatwo przys. węglowodanów
2025-05-13 wtorek	Śniadanie	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ.***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE.***) Twarożek z koperkiem 80 g (***MLE.***) Miód (25g) 1 szt Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ.***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE.***) Twarożek z koperkiem 100 g (***MLE.***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g
	II ŚN		Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami () 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ.***) Bitka wołowa duszona 70 g (***GLU PSZ.***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	PD		Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 150 ml
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ.***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE.***) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 40 g (***GLU PSZ, SOJ. może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ.***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE.***) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 40 g (***GLU PSZ, SOJ. może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE.***)	Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 5 g (***MLE.***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE.***)
		Wartość energetyczna: 2064.00 kcal; Białko ogółem: 88.99 g; Tłuszcz: 61.68 g; Kw. tł. nasy.: 25.29 g; Węglowodany ogółem: 299.36 g; W tym cukry: 46.25 g; Błonnik pok.: 22.48 g; Sól: 5.19 g;	Wartość energetyczna: 2209.49 kcal; Białko ogółem: 97.19 g; Tłuszcz: 68.37 g; Kw. tł. nasy.: 28.93 g; Węglowodany ogółem: 319.36 g; W tym cukry: 68.92 g; Błonnik pok.: 36.77 g; Sól: 6.36 g;

		KRK- WAD 2 Łatwo strawna	KRK- WAD 6/P7/C3 Z ogr.łatwo przys. węglowodanów
2025-05-14 środa	Śniadanie	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Mix sałat 20 g
	II ŚN		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane. () 200 g Pulpet drobiowy 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew oprószana z olejem () 200 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane. () 200 g Pulpet drobiowy 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD		Jabłko 150 g
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 20 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego 80 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego 80 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Sałata zielona 5 g
		Wartość energetyczna: 2047.06 kcal; Białko ogółem: 85.40 g; Tłuszcz: 65.37 g; Kw. tł. nasy.: 25.32 g; Węglowodany ogółem: 291.02 g; W tym cukry: 69.25 g; Błonnik pok.: 23.62 g; Sól: 5.99 g;	Wartość energetyczna: 2063.72 kcal; Białko ogółem: 103.06 g; Tłuszcz: 67.18 g; Kw. tł. nasy.: 29.39 g; Węglowodany ogółem: 278.93 g; W tym cukry: 41.58 g; Błonnik pok.: 33.94 g; Sól: 6.91 g;

		KRK- WAD 2 Łatwo strawna	KRK- WAD 6/P7/C3 Z ogr.łatwo przys. węglowodanów
2025-05-15 czwartek	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***) Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE.***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ.***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE.***) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 40 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ.***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE.***) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 40 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.***) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g
	II ŚN		Jogurt naturalny 100g 1 szt (***MLE.***)
	Obiad	Ziemniaczana () 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 300 g (***SEL, GLU JĘCZ.***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ.***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	PD		Jabłko 150 g
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ.***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE.***) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.***) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (***SEL.***) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ.***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE.***) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.***) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (***SEL.***) Sałata zielona 20 g
	PN	Bułeczka plecionka z makiem 40g 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE.***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE.***)	Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 5 g (***MLE.***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE.***) Sałata zielona 5 g
		Wartość energetyczna: 2214.30 kcal; Białko ogółem: 90.56 g; Tłuszcz: 75.32 g; Kw. tł. nasy.: 28.32 g; Węglowodany ogółem: 311.74 g; W tym cukry: 41.47 g; Błonnik pok.: 26.20 g; Sól: 6.50 g;	Wartość energetyczna: 2178.40 kcal; Białko ogółem: 93.02 g; Tłuszcz: 77.66 g; Kw. tł. nasy.: 28.86 g; Węglowodany ogółem: 301.65 g; W tym cukry: 52.56 g; Błonnik pok.: 40.97 g; Sól: 6.90 g;

		KRK- WAD 2 Łatwo strawna	KRK- WAD 6/P7/C3 Z ogr.łatwo przys. węglowodanów
2025-05-16 piątek	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ.***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE.***) Twaróg półtłusty 80 g (***MLE.***) Dżem 25 g 1 szt Jabłko pieczone 150 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ.***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE.***) Twaróg półtłusty 80 g (***MLE.***) Jabłko 150 g
	II ŚN		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE.***)
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane. () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Dorsz) 80 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB.***) Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 200 g (***GLU PSZ, SEL.***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Sos koperkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***)	
	PD		Chleb Graham 25 g (***GLU PSZ.***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ.***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE.***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE.***)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ.***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE.***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ.***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE.***)
	PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (_ ***może zawierać: MLE.***)	Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 5 g (***MLE.***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE.***) Sałata zielona 5 g
		Wartość energetyczna: 2124.10 kcal; Białko ogółem: 86.47 g; Tłuszcz: 65.75 g; Kw. tł. nasy.: 24.61 g; Węglowodany ogółem: 310.04 g; W tym cukry: 68.04 g; Błonnik pok.: 27.68 g; Sól: 5.60 g;	Wartość energetyczna: 2327.49 kcal; Białko ogółem: 111.01 g; Tłuszcz: 80.17 g; Kw. tł. nasy.: 30.45 g; Węglowodany ogółem: 309.65 g; W tym cukry: 46.58 g; Błonnik pok.: 39.25 g; Sól: 7.10 g;

		KRK- WAD 2 Łatwo strawna	KRK- WAD 6/P7/C3 Z ogr.łatwo przys. węglowodanów
2025-05-17 sobota	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 40 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 40 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Pasztet z soczewicy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sałata zielona 20 g
	II ŚN		Jabłko 150 g
	Obiad	Koperkowa z ryżem () 350 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane. () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (***GLU PSZ,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 350 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane. () 200 g Gulasz wieprzowy 150 g (***GLU PSZ,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD		Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 20 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata zielona 20 g Twarożek z czarnuszką 80 g (***MLE,***) Pomidor 80 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 20 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata zielona 20 g Twarożek z czarnuszką 80 g (***MLE,***) Pomidor 80 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 30 g (***MLE,***) Sałata zielona 5 g
		Wartość energetyczna: 2001.70 kcal; Białko ogółem: 88.23 g; Tłuszcz: 66.58 g; Kw. tł. nasy.: 25.94 g; Węglowodany ogółem: 275.72 g; W tym cukry: 52.05 g; Błonnik pok.: 23.73 g; Sól: 5.26 g;	Wartość energetyczna: 2486.52 kcal; Białko ogółem: 114.10 g; Tłuszcz: 88.25 g; Kw. tł. nasy.: 31.99 g; Węglowodany ogółem: 329.59 g; W tym cukry: 62.26 g; Błonnik pok.: 41.76 g; Sól: 6.73 g;

		KRK- WAD 2 Łatwo strawna	KRK- WAD 6/P7/C3 Z ogr.łatwo przys. węglowodanów
2025-05-18 niedziela	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 80 g (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sałata zielona 35 g
	II ŚN		Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Rosół z makaronem () 350 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane. () 200 g Udko gotowane 1szt. 150 g Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane. () 200 g Udko gotowane 1szt. 150 g Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 40 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 40 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Sok wieoloowocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 30 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,***) Sałata zielona 5 g
		Wartość energetyczna: 2380.84 kcal; Białko ogółem: 102.22 g; Tłuszcz: 82.29 g; Kw. tł. nasy.: 28.52 g; Węglowodany ogółem: 322.56 g; W tym cukry: 46.32 g; Błonnik pok.: 29.88 g; Sól: 5.82 g;	Wartość energetyczna: 2298.55 kcal; Białko ogółem: 123.14 g; Tłuszcz: 88.64 g; Kw. tł. nasy.: 32.58 g; Węglowodany ogółem: 268.94 g; W tym cukry: 37.84 g; Błonnik pok.: 33.98 g; Sól: 6.91 g;

		KRK- WAD 2 Łatwo strawna	KRK- WAD 6/P7/C3 Z ogr.łatwo przys. węglowodanów
2025-05-19 poniedziałek	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN		Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 250 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Mus z jabłek () z/c 100 g	Kapuśniak z kapusty białej () 350 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 200 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD		Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (***MLE,***) Pomidor 80 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Pasta z twarogu i rzodkiewki 80 g (***MLE,***) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g
	PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 20 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata zielona 5 g
		Wartość energetyczna: 2010.30 kcal; Białko ogółem: 74.37 g; Tłuszcz: 48.83 g; Kw. tł. nasy.: 25.21 g; Węglowodany ogółem: 327.46 g; W tym cukry: 55.32 g; Błonnik pok.: 19.08 g; Sól: 4.42 g;	Wartość energetyczna: 2202.97 kcal; Białko ogółem: 92.79 g; Tłuszcz: 71.10 g; Kw. tł. nasy.: 30.58 g; Węglowodany ogółem: 317.81 g; W tym cukry: 57.29 g; Błonnik pok.: 38.77 g; Sól: 6.87 g;

		KRK- WAD 2 Łatwo strawna	KRK- WAD 6/P7/C3 Z ogr.łatwo przys. węglowodanów
2025-05-20 wtorek	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ.***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE.***) Filet zapiekany drobiowy 40 g (***MLE.***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ.***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE.***) Filet zapiekany drobiowy 40 g (***MLE.***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN		Jabłko 150 g
	Obiad	Solferino () 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ.***) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (***GLU PSZ, JAJ.***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Szpinak (liście) gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ.***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 350 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ.***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (***GLU PSZ, JAJ.***) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 200 g (***MLE.***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE.***)
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ.***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE.***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (***MLE.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ.***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE.***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (***MLE.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g
	PN	Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE.***)	Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 5 g (***MLE.***) Twaróg półtłusty 30 g (***MLE.***) Sałata zielona 5 g
		Wartość energetyczna: 2000.80 kcal; Białko ogółem: 91.40 g; Tłuszcz: 54.24 g; Kw. tł. nasy.: 23.67 g; Węglowodany ogółem: 289.97 g; W tym cukry: 26.28 g; Błonnik pok.: 21.34 g; Sól: 5.32 g;	Wartość energetyczna: 2231.27 kcal; Białko ogółem: 109.31 g; Tłuszcz: 62.42 g; Kw. tł. nasy.: 28.99 g; Węglowodany ogółem: 330.33 g; W tym cukry: 47.41 g; Błonnik pok.: 44.95 g; Sól: 6.49 g;

		KRK- WAD 2 Łatwo strawna	KRK- WAD 6/P7/C3 Z ogr.łatwo przys. węglowodanów
2025-05-21 środa	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Pomidor 100 g
	II ŚN		Chleb Graham 25 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 2 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 30 g (***MLE,***)
	Obiad	Grysikowa () 350 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane. () 200 g Filet z kurczaka gotowany 70 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałata zielona z kefirem 130 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	PD		Jogurt naturalny 100g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Ser mozzarella kulki 28 g (***MLE,***)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Ser mozzarella kulki 28 g (***MLE,***)
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata zielona 20 g
		Wartość energetyczna: 1917.57 kcal; Białko ogółem: 85.32 g; Tłuszcz: 53.92 g; Kw. tł. nasy.: 26.83 g; Węglowodany ogółem: 282.53 g; W tym cukry: 68.40 g; Błonnik pok.: 18.84 g; Sól: 4.81 g;	Wartość energetyczna: 1999.99 kcal; Białko ogółem: 106.45 g; Tłuszcz: 67.32 g; Kw. tł. nasy.: 29.31 g; Węglowodany ogółem: 259.81 g; W tym cukry: 26.29 g; Błonnik pok.: 29.09 g; Sól: 7.13 g;

		KRK- WAD 2 Łatwo strawna	KRK- WAD 6/P7/C3 Z ogr.łatwo przys. węglowodanów
2025-05-22 czwartek	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***) Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (***MLE.***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ.***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE.***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ.***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE.***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.***) Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g
	II ŚN		Jabłko 150 g
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL.***) Makaron 200 g (***GLU PSZ.***) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL.***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ.***) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE.***)
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ.***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE.***) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 20 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL.***)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ.***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE.***) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 20 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL.***)
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE.***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g	Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 5 g (***MLE.***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE.***) Sałata zielona 5 g
		Wartość energetyczna: 2341.44 kcal; Białko ogółem: 102.89 g; Tłuszcz: 73.47 g; Kw. tł. nasy.: 28.99 g; Węglowodany ogółem: 328.33 g; W tym cukry: 55.07 g; Błonnik pok.: 23.73 g; Sól: 6.01 g;	Wartość energetyczna: 2221.76 kcal; Białko ogółem: 104.03 g; Tłuszcz: 76.29 g; Kw. tł. nasy.: 28.47 g; Węglowodany ogółem: 294.17 g; W tym cukry: 46.64 g; Błonnik pok.: 39.94 g; Sól: 8.24 g;

		KRK- WAD 2 Łatwo strawna	KRK- WAD 6/P7/C3 Z ogr.łatwo przys. węglowodanów
2025-05-23 piątek	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Twarożek 80 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Dżem 25 g 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 100 g
	II ŚN		Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Ryżowa () 350 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane. () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 80 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***)	Kalafiorowa z ryżem () 350 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane. () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 80 g (***RYB,***) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***)
	PD		Maślanka 150 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***)
	PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***) Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)	Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2151.13 kcal; Białko ogółem: 85.78 g; Tłuszcz: 62.38 g; Kw. tł. nasy.: 24.60 g; Węglowodany ogółem: 324.88 g; W tym cukry: 71.37 g; Błonnik pok.: 26.82 g; Sól: 5.12 g;	Wartość energetyczna: 2164.40 kcal; Białko ogółem: 104.71 g; Tłuszcz: 73.02 g; Kw. tł. nasy.: 30.53 g; Węglowodany ogółem: 290.69 g; W tym cukry: 59.32 g; Błonnik pok.: 37.71 g; Sól: 5.76 g;

		KRK- WAD 2 Łatwo strawna	KRK- WAD 6/P7/C3 Z ogr.łatwo przys. węglowodanów
2025-05-24 sobota	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Twarożek z ziołami 80 g (***MLE,***)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Twarożek z ziołami 80 g (***MLE,***)
	II ŚN		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Potrawka drobiowa () 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	PD		Jabłko 150 g
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 40 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,***) Sałatka wiosenna - diety 100 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 40 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,***) Sałatka wiosenna - diety 100 g Sałata zielona 20 g
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02,***) Sałata zielona 5 g
		Wartość energetyczna: 2011.26 kcal; Białko ogółem: 86.25 g; Tłuszcz: 64.20 g; Kw. tł. nasy.: 23.71 g; Węglowodany ogółem: 286.84 g; W tym cukry: 42.03 g; Błonnik pok.: 30.19 g; Sól: 5.21 g;	Wartość energetyczna: 2205.79 kcal; Białko ogółem: 100.25 g; Tłuszcz: 76.28 g; Kw. tł. nasy.: 30.04 g; Węglowodany ogółem: 305.63 g; W tym cukry: 55.03 g; Błonnik pok.: 40.96 g; Sól: 7.02 g;

		KRK- WAD 2 Łatwo strawna	KRK- WAD 6/P7/C3 Z ogr.łatwo przys. węglowodanów
2025-05-25 niedziela	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN		Chleb Graham 25 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 2 g (***MLE,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***)
	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane. () 200 g Schab gotowany 70 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafior, brokuł)* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane. () 200 g Schab gotowany 70 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mizeria 200 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD		Maślanka 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Twarożek 80 g (***MLE,***)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Twarożek 80 g (***MLE,***)
	PN	Przecier owocowy-jabłko 100g 1 g	Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata zielona 5 g
		Wartość energetyczna: 1928.05 kcal; Białko ogółem: 97.29 g; Tłuszcz: 55.10 g; Kw. tł. nasy.: 22.49 g; Węglowodany ogółem: 271.44 g; W tym cukry: 44.27 g; Błonnik pok.: 21.20 g; Sól: 4.61 g;	Wartość energetyczna: 2163.56 kcal; Białko ogółem: 119.00 g; Tłuszcz: 71.21 g; Kw. tł. nasy.: 30.73 g; Węglowodany ogółem: 276.60 g; W tym cukry: 38.79 g; Błonnik pok.: 28.51 g; Sól: 7.31 g;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ – Zboża zawierające gluten pszenny,
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 zawierajace 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 ogółemwg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz – Tłuszcz,
Węglowodany ogółem – Węglowodany ogółem,
Sól – Sól,
K – Potas,
Kw. tł. nasy. – Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. – Błonnik pokarmowy,
– % energii z białka,
Ener. z T – % energii z tłuszczu,
– % energii z węglowodanów,
Ener. z Bł. – % energii z błonnika,
W tym cukry – w tym cukry,
WW – WW,