

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II ŚN	Obiad	PD	Kolacja	PN	SUMA
2023-10-30 poniedziałek	KRK- JP1I Podstawowa	<p>Płatki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)</p> <p>Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</u>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>)</p> <p>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>)</p> <p>Ogórek kiszony 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p>		<p>Fasolowa z ziemniakami ( ) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>)</p> <p>Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem żółtym * 350 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)</p> <p>Kompot owocowy* b/c 250 ml</p>		<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>)</p> <p>Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Szynka z indykami prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (<u>SOJ,</u>)</p>	<p>Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b></p> <p><b>[kcal] 2 253,2</b></p> <p><b>Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g]</b></p> <p><b>84,9</b></p> <p><b>Tłuszcz [g] 74,1</b></p> <p><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,6</b></p> <p><b>Węglowodany ogółem [g] 320,1</b></p> <p><b>w tym cukry [g] 28,8</b></p> <p><b>Błonnik pokarmowy [g] 32,8</b></p> <p><b>Sól [g] 9,4</b></p>
	KRK- JP1I Podstawowa bez surowizny	<p>Płatki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)</p> <p>Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</u>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>)</p> <p>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>)</p> <p>Ketchup 10 g (<u>SEL,</u>)</p>		<p>Fasolowa z ziemniakami ( ) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>)</p> <p>Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem żółtym * 350 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)</p> <p>Kompot owocowy* b/c 250 ml</p>		<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>)</p> <p>Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>)</p> <p>Ketchup 10 g (<u>SEL,</u>)</p>	<p>Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b></p> <p><b>[kcal] 2 209,8</b></p> <p><b>Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g]</b></p> <p><b>79,6</b></p> <p><b>Tłuszcz [g] 72,8</b></p> <p><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2</b></p> <p><b>Węglowodany ogółem [g] 313,9</b></p> <p><b>w tym cukry [g] 28,3</b></p> <p><b>Błonnik pokarmowy [g] 31,3</b></p> <p><b>Sól [g] 7,8</b></p>
	KRK- JP1I Łatwo strawna	<p>Płatki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)</p> <p>Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</u>)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>)</p> <p>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>)</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Pomidor 80 g</p>		<p>Dyniowa z ziemniakami* ( ) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>)</p> <p>Makaron ze szpinakiem i twarogiem* dieta 350 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)</p> <p>Kompot owocowy* b/c 250 ml</p>		<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>)</p> <p>Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p>	<p>Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b></p> <p><b>[kcal] 2 103,2</b></p> <p><b>Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g]</b></p> <p><b>78,2</b></p> <p><b>Tłuszcz [g] 65,6</b></p> <p><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,5</b></p> <p><b>Węglowodany ogółem [g] 307,5</b></p> <p><b>w tym cukry [g] 34,7</b></p> <p><b>Błonnik pokarmowy [g] 20,2</b></p> <p><b>Sól [g] 5</b></p>

2023-10-30 poniedziałek

KRK- JPII Cukrzycowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</u> ) Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )	Fasolowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i twarogiem* dieta 350 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u> )	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 1 980,5 <b>Białko ogółemwg rozp.</b> 1169/2011 [g] 88 <b>Tłuszcz [g]</b> 54,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 16,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 296,2 <b>w tym cukry [g]</b> 20 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 35,9 <b>Sól [g]</b> 7,7
KRK- JPII Cukrzyca niskotti. z ogr. łatw. węgl. niskotti.	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )	Dyniowa z ziemniakami*( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Makaron ze szpinakiem i twarogiem* dieta 350 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka z indykami prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kanapka z szynką i salata (chleb pszenno-żytni 60g, margaryna 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT,</u> )	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 1 911,4 <b>Białko ogółemwg rozp.</b> 1169/2011 [g] 71,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 45,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 15,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 312 <b>w tym cukry [g]</b> 20,4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 20,4 <b>Sól [g]</b> 8,4
KRK- JPII Niskottłuszczowa	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 140 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g		Dyniowa z ziemniakami*( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Makaron ze szpinakiem i twarogiem* dieta 350 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka z indykami prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 2 053,9 <b>Białko ogółemwg rozp.</b> 1169/2011 [g] 82,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 42,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 15,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 344,6 <b>w tym cukry [g]</b> 35,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 21,3 <b>Sól [g]</b> 6,7

<p>KRK- JPII Kardiologiczna dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych</p>	<p>Platki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 2 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g</p>		<p>Dyniowa z ziemniakami* ( ) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i twarogiem* dieta 350 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml</p>		<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>	<p>Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b> [kcal] 2 167 <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g]</b> 78 <b>Tłuszcz [g]</b> 57,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 19,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 338,7 <b>w tym cukry [g]</b> 31,5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 29,3 <b>Sól [g]</b> 9,2</p>
<p>KRK- JPII Dziecięca 10-18 lat</p>	<p>Platki pszenne na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Galaretka o smaku cytrynowym 150 g</p>	<p>Fasolowa z ziemniakami ( ) 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Naleśniki z serem. 250 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Mus z jabłek ( ) z/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml</p>	<p>Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ,</u>)</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b> [kcal] 2 286,1 <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g]</b> 81,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 59,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 23,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 364,3 <b>w tym cukry [g]</b> 47,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 24,7 <b>Sól [g]</b> 7,1</p>
<p>KRK- JPII Płynna</p>	<p>Sonda Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)</p>		<p>Sonda Ob ( ) 800 ml (<u>SEL,</u>)</p>		<p>Sonda Kol ( ) 800 ml (<u>JAJ, SEL,</u>)</p>	<p>Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b> [kcal] 2 114,6 <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g]</b> 134,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 89,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 35,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 207,5 <b>w tym cukry [g]</b> 62,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 33 <b>Sól [g]</b> 3,6</p>

KRK- JP11 Papkowata	Papka Śn 800 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )		Papka Ob ( ) 800 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u> )		Papka Kol ( ) 800 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u> )	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 133,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 127,9 Tłuszcz [g] 84,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,8 Węglowodany ogółem [g] 226,5 w tym cukry [g] 57 Błonnik pokarmowy [g] 26,2 Sól [g] 3,2
KRK- JP11 Biegunkowa	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Ryż na sypko 150 g Jablka prażone b/c 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biszkopty b/m 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ,</u> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 374 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 32,7 Tłuszcz [g] 23 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 4,9 Węglowodany ogółem [g] 264,2 w tym cukry [g] 5,7 Błonnik pokarmowy [g] 11,8 Sól [g] 2,7
KRK- JP11 Pobiegunkowa	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g ( <u>SOJ,</u> )	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Filet z kurczaka gotowany 90 g Ziemniaki puree ( ) 200 g ( <u>MLE,</u> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biszkopty b/m 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ,</u> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g ( <u>SOJ,</u> )	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 663,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 76,2 Tłuszcz [g] 28,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 4,5 Węglowodany ogółem [g] 288,2 w tym cukry [g] 16,7 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 Sól [g] 6,6
KRK- JP11 Dziecięca 1-3 lat	Płatki pszenne na mleku 150 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 150 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 25 g ( <u>SOJ,</u> ) Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 20 g	Galaretka o smaku cytrynowym 150 g	Dyniowa z ziemniakami*( ) 150 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Makaron ze szpinakiem i serem żółtym* 250 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Kompot owocowy* b/c 150 ml	Biszkopty b/m 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ,</u> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Pomidor b/skórki 20 g Salata zielona 10 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 379,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 45,1 Tłuszcz [g] 51 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,1 Węglowodany ogółem [g] 188 w tym cukry [g] 11,1 Błonnik pokarmowy [g] 10,4 Sól [g] 3

2023-10-30 poniedziałek	KRK- JPII Dziecięca 4-9 lat	Platki pszenne na mleku 150 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, )</u> Kawa z mlekiem/p b/c 180 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, )</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, )</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE, )</u> Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ, )</u> Sałata zielona 20 g Pomidor 40 g	Galaretką o smaku cytrynowym 150 g	Dyniowa z ziemniakami* ( ) 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, )</u> Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem żółtym* 250 g ( <u>GLU PSZ, MLE, )</u> Kompot owocowy* b/c 180 ml	Biszkopty b/m 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, )</u>	Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, )</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE, )</u> Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ, )</u> Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 699,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 56,1 Tłuszcz [g] 56,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,9 Węglowodany ogółem [g] 243 w tym cukry [g] 16,6 Błonnik pokarmowy [g] 19 Sól [g] 5,2
	KRK- JPII Wegetariańska	Platki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, )</u> Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, )</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, )</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE, )</u> Hummus 80 g ( <u>SEZ, )</u> Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Fasolowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, )</u> Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem żółtym* 350 g ( <u>GLU PSZ, MLE, )</u> Kompot owocowy* b/c 250 ml		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, )</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE, )</u> Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ, )</u> Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 400,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 83,4 Tłuszcz [g] 87,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,9 Węglowodany ogółem [g] 325,3 w tym cukry [g] 28,8 Błonnik pokarmowy [g] 32,8 Sól [g] 8,7	
2023-10-31 wtorek	KRK- JPII Podstawowa	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, )</u> Kawa z mlekiem instant/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, )</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, )</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE, )</u> Twarożek z koperkiem 80 g ( <u>MLE, )</u> Roszponka 20 g Pomidor 80 g Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ, )</u>	Brokułowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, )</u> Kasza gryczana 200 g Szynka wieprzowa gotowana 60 g Sos meksykański 100 g ( <u>GLU PSZ, )</u> Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Surówka z kapusty białej z olejem b/c ( ) 100 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, )</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE, )</u> Galaretką drobiowa z udźca kurczaka ( ) 100 g ( <u>SEL, )</u> Surówka z rzodkwi białej i jabłka ( ) 80 g ( <u>MLE, )</u> Sałata zielona 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, )</u>	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 199,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 101,6 Tłuszcz [g] 58,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,5 Węglowodany ogółem [g] 328,6 w tym cukry [g] 49,5 Błonnik pokarmowy [g] 34,6 Sól [g] 6,6	
	KRK- JPII Podstawowa bez surowizny	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, )</u> Kawa z mlekiem instant/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, )</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, )</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE, )</u> Twarożek 80 g ( <u>MLE, )</u> Ketchup 10 g ( <u>SEL, )</u> Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ, )</u>	Brokułowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, )</u> Kasza gryczana 200 g Szynka wieprzowa gotowana 60 g Sos meksykański 100 g ( <u>GLU PSZ, )</u> Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, )</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE, )</u> Galaretką drobiowa z udźca kurczaka ( ) 100 g ( <u>SEL, )</u> Ketchup 10 g ( <u>SEL, )</u> Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, )</u>	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 118,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 100,1 Tłuszcz [g] 53,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,3 Węglowodany ogółem [g] 315,6 w tym cukry [g] 44,2 Błonnik pokarmowy [g] 30,4 Sól [g] 7,1	

KRK- JPII Latwo strawna	<p>Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)                  Kawa z mlekiem instant/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)                  Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>)                  Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>)                  Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>)                  Roszponka 20 g                  Pomidor 80 g</p>		<p>Brokułowa z ziemniakami ( ) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>)                  Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>)                  Szyńka wieprzowa gotowana 60 g                  Sos własny ( ) 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>)                  Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g                  Kompot owocowy* b/c 250 ml                  Brokuł gotowany* 100 g</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                  Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>)                  Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>)                  Szyńka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ,</u>)                  Pomidor 80 g                  Sałata zielona 20 g                  Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>)</p>	<p>Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna wg rozp.</b>                  1169/2011[kcal] [kcal] 2 226                  Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 96,3                  Tłuszcz [g] 66,4                  Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,2                  Węglowodany ogółem [g] 320,2 w tym cukry [g] 45,5                  Błonnik pokarmowy [g] 26,8                  Sól [g] 6,1</p>	
KRK- JPII Cukrzykowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>Kawa z mlekiem instant/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)                  Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>)                  Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt                  Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>)                  Roszponka 20 g                  Pomidor 80 g</p>	<p>Jabłko 1 szt 1 szt</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami ( ) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>)                  Kasza gryczana 200 g                  Szyńka wieprzowa gotowana 60 g                  Sos własny ( ) 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>)                  Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g                  Kompot owocowy* b/c 250 ml                  Surówka z kapusty białej z olejem b/c ( ) 100 g</p>	<p>Sok pomidorowy 200 ml</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                  Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>)                  Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt                  Szyńka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ,</u>)                  Surówka z rzodkwi białej i jabłka ( ) 80 g (<u>MLE,</u>)                  Sałata zielona 20 g</p>	<p>Kanapka z szynką i sałata (chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna wg rozp.</b>                  1169/2011[kcal] [kcal] 1 979,2                  Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 92                  Tłuszcz [g] 54                  Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,1                  Węglowodany ogółem [g] 302,1 w tym cukry [g] 50,3                  Błonnik pokarmowy [g] 41,2                  Sól [g] 8,1</p>
KRK- JPII Cukrzyca niskoti. z ogr. łatw. wegł. niskoti.	<p>Kawa z mlekiem instant/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)                  Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>)                  Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt                  Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>)                  Roszponka 20 g                  Pomidor 80 g</p>	<p>Jabłko 1 szt 1 szt</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami ( ) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>)                  Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>)                  Szyńka wieprzowa gotowana 60 g                  Sos własny ( ) 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>)                  Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g                  Kompot owocowy* b/c 250 ml                  Brokuł gotowany* 100 g</p>	<p>Sok pomidorowy 200 ml</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                  Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>)                  Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt                  Szyńka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ,</u>)                  Pomidor 80 g                  Sałata zielona 20 g</p>	<p>Kanapka z szynką i sałata (chleb pszenno-żytni 60g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT,</u>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna wg rozp.</b>                  1169/2011[kcal] [kcal] 1 950,1                  Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 80,4                  Tłuszcz [g] 45,9                  Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,6                  Węglowodany ogółem [g] 319,2 w tym cukry [g] 46,9                  Błonnik pokarmowy [g] 33                  Sól [g] 9,3</p>

2023-10-31 wtorek

2023-10-31 wtorek	KRK- JPII Niskotuszczowa	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, )</u> Kawa z mlekiem instant/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, )</u> Bułka pszenna długa krojona 140 g ( <u>GLU PSZ, )</u> Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 80 g ( <u>MLE, )</u> Roszponka 20 g Pomidor 80 g		Brokułowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, )</u> Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JĘCZ, )</u> Szynka wieprzowa gotowana 60 g Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, )</u> Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ, )</u> Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g ( <u>SOJ, )</u> Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, )</u>	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 173,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,5 Tłuszcz [g] 46,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,2 Węglowodany ogółem [g] 348,7 w tym cukry [g] 45,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,7 Sól [g] 6,6
	KRK- JPII Kardiologiczna dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, )</u> Kawa z mlekiem instant/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, )</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, )</u> Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 2 szt Twarożek z koperkiem 80 g ( <u>MLE, )</u> Roszponka 20 g Pomidor 80 g Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ, )</u>		Brokułowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, )</u> Kasza gryczana 200 g Szynka wieprzowa gotowana 60 g Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, )</u> Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Surówka z kapusty białej z olejem b/c ( ) 100 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, )</u> Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 2 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g ( <u>SOJ, )</u> Surówka z rzodkwi białej i jabłka ( ) 80 g ( <u>MLE, )</u> Sałata zielona 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, )</u>	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 514,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 104,7 Tłuszcz [g] 65,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,6 Węglowodany ogółem [g] 388,5 w tym cukry [g] 46,3 Błonnik pokarmowy [g] 35,7 Sól [g] 9
	KRK- JPII Dziecięca 10-18 lat	Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, )</u> Kawa z mlekiem instant/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, )</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, )</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE, )</u> Twarożek z koperkiem 80 g ( <u>MLE, )</u> Roszponka 20 g Pomidor 80 g Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ, )</u>	Jabłko 1 szt 1 szt	Brokułowa z ziemniakami ( ) 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, )</u> Kasza gryczana 200 g Szynka wieprzowa gotowana 60 g Sos meksykański 100 g ( <u>GLU PSZ, )</u> Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Surówka z kapusty białej z olejem b/c ( ) 100 g	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 150 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, )</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE, )</u> Kiełbasa Szynkowa wieprzowa grubo rozdrobniona parzona w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, )</u> Surówka z rzodkwi białej i jabłka ( ) 80 g ( <u>MLE, )</u> Sałata zielona 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, )</u>	Sok wieloowocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 156,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 90,7 Tłuszcz [g] 54,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,4 Węglowodany ogółem [g] 339,7 w tym cukry [g] 64,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,1 Sól [g] 6,7

2023-10-31 wtorek

KRK- JPil Płynna	Sonda Śn 800 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )		Sonda Ob () 800 ml ( <u>SEL,</u> )		Sonda Kol () 800 ml ( <u>JAJ, SEL,</u> )	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 114,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 134,5 Tłuszcz [g] 89,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,6 Węglowodany ogółem [g] 207,5 w tym cukry [g] 62,3 Błonnik pokarmowy [g] 33 Sól [g] 3,6
KRK- JPil Papkowata	Papka Śn 800 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )		Papka Ob () 800 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u> )		Papka Kol () 800 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u> )	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 138,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 129,9 Tłuszcz [g] 84,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,8 Węglowodany ogółem [g] 225,4 w tym cukry [g] 57 Błonnik pokarmowy [g] 27,4 Sól [g] 3,2
KRK- JPil Biegunkowa	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa () 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Ryż na sypko 150 g Jabłka prażone b/c 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biszkopty b/m 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ,</u> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 374 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 32,7 Tłuszcz [g] 23 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 4,9 Węglowodany ogółem [g] 264,2 w tym cukry [g] 5,7 Błonnik pokarmowy [g] 11,8 Sól [g] 2,7
KRK- JPil Pobiegunkowa	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g ( <u>SOJ,</u> )	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa () 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Ziemniaki puree () 200 g ( <u>MLE,</u> ) Marchew gotowana z olejem () 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biszkopty b/m 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ,</u> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g ( <u>SOJ,</u> )	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 699,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 71,6 Tłuszcz [g] 33,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,4 Węglowodany ogółem [g] 288,2 w tym cukry [g] 17,1 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 Sól [g] 6,5



2023-10-31 wtorek	KRK- JPII Dziecięca 1-3 lat	Zacierka na mleku 150 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Kawa z mlekiem instant/p b/c 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Twarożek z koperkiem 40 g ( <u>MLE,</u> ) Roszponka 10g Pomidor b/skórki 20 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Brokułowa z ziemniakami ( ) 150 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 100 g ( <u>GLU JĘCZ,</u> ) Klopsik wieprzowy 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Sos własny ( ) 30 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 50 g Kompot owocowy* b/c 150 ml Brokuł gotowany* 100 g	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 150 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Szyńka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 25 g ( <u>SOJ,</u> ) Pomidor b/skórki 20 g Sałata zielona 10 g	Sok wieloowocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 1 254,8 <b>Białko ogółemwg rozp.</b> 1169/2011 [g] 46,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 39,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 18,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 185,5 <b>w tym cukry [g]</b> 44 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 16,5 <b>Sól [g]</b> 3,1
	KRK- JPII Dziecięca 4-9 lat	Zacierka na mleku 150 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Kawa z mlekiem instant/p b/c 180 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Twarożek z koperkiem 80 g ( <u>MLE,</u> ) Roszponka 20g Pomidor 80 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Brokułowa z ziemniakami ( ) 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JĘCZ,</u> ) Klopsik wieprzowy 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy* b/c 180 ml Surówka z kapusty białej z olejem b/c ( ) 100 g	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 150 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Szyńka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> )	Sok wieloowocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 1 999,1 <b>Białko ogółemwg rozp.</b> 1169/2011 [g] 71,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 52,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 21,2 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 323,1 <b>w tym cukry [g]</b> 57,7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 28,2 <b>Sól [g]</b> 6,4
	KRK- JPII Wegetariańska	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Kawa z mlekiem instant/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Twarożek z koperkiem 80 g ( <u>MLE,</u> ) Roszponka 20g Pomidor 80 g		Brokułowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Zapiekanka z ziemniaków i warzyw* 350 g ( <u>JAJ, MLE, SEL,</u> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Surówka z kapusty białej z olejem b/c ( ) 100 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Ser żółty 50g ( <u>MLE,</u> ) Surówka z rzodkwi białej i jabłka ( ) 80 g ( <u>MLE,</u> ) Sałata zielona 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> )	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 2 205,3 <b>Białko ogółemwg rozp.</b> 1169/2011 [g] 88,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 78 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 39,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 301,1 <b>w tym cukry [g]</b> 50,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 32,5 <b>Sól [g]</b> 7
	2023-11-01 środa	KRK- JPII Podstawowa	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <u>MLE,</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Mix sałat 20g Pomidor 80g Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ,</u> )		Pieczarkowa z makaronem ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Pulpet drobiowy 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Sos pietruszkowy. ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Surówka z marchwi i chrzanu z olejem ( ) 100 g ( <u>MLE, SOJ,</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Sałatka szwedzka b/c ( ) 100 g ( <u>GOR,</u> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Paprykarz szczeciński 80 g ( <u>RYB, SOJ,</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Banan 1szt. 1 szt	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 2 106,6 <b>Białko ogółemwg rozp.</b> 1169/2011 [g] 77,9 <b>Tłuszcz [g]</b> 53,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 22 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 342,4 <b>w tym cukry [g]</b> 75,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 29,6 <b>Sól [g]</b> 9

2023-11-01 środa	KRK- JPII Podstawowa bez surowizny	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> , Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JEĆZ</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> , Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> , Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ</u> , Ketchup 10 g ( <u>SEL</u> , Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ</u> , Piecarkowa z makaronem ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , Ziemniaki ( ) 200 g Pulpet drobiowy 60 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , Sos pietruszkowy. ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , Marchew oprószana z olejem ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , Kompot owocowy* b/c 250 ml Kalafior gotowany* 100 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> , Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> , Paprykarz szczeciński 80 g ( <u>RYB</u> , <u>SOJ</u> , Ketchup 10 g ( <u>SEL</u> , Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 893,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 75,6 Tłuszcz [g] 51,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,4 Węglowodany ogółem [g] 290,6 w tym cukry [g] 32,3 Błonnik pokarmowy [g] 24,9 Sól [g] 8,9		
	KRK- JPII Łatwo strawna	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> , Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JEĆZ</u> , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE</u> , Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ</u> , Mix salat 20 g Pomidor 80 g	Jarzynowa z makaronem dieta ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Pulpet drobiowy 60 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , Sos pietruszkowy. ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , Marchew oprószana z olejem ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , Kompot owocowy* b/c 250 ml Kalafior gotowany* 100 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE</u> , Paprykarz rybno (miruna)-warzywny( ) 80 g ( <u>RYB</u> , Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Banan 1szt. 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 246,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 82,8 Tłuszcz [g] 62,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,2 Węglowodany ogółem [g] 352,7 w tym cukry [g] 79,5 Błonnik pokarmowy [g] 28 Sól [g] 5,9
	KRK- JPII Cukrzycowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JEĆZ</u> , Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ</u> , Mix salat 20 g Pomidor 80 g	Kanapka z szynką i pomidorem ( chleb razowy 40g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , Piecarkowa z makaronem ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Pulpet drobiowy 60 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , Sos pietruszkowy. ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , Surówka z marchwi i chrzanu z olejem b/c ( ) 100 g ( <u>MLE</u> , <u>SOJ</u> , Kompot owocowy* b/c 250 ml Salatka szwedzka b/c ( ) 100 g ( <u>GOR</u> , Kefir 2% tł 200 ml ( <u>MLE</u> , Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Paprykarz rybno (miruna)-warzywny( ) 80 g ( <u>RYB</u> , Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kanapka z szynką i salata ( chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 915 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 87,8 Tłuszcz [g] 47,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,8 Węglowodany ogółem [g] 303 w tym cukry [g] 32 Błonnik pokarmowy [g] 36,7 Sól [g] 9,5		

2023-11-01 środa

KRK- JPII Cukrzyca niskotł. z ogr. latw. wegl. niskotł.	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ,</b> ) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g	Kanapka z szynką i pomidorem ( chleb pszenno-żytni 40g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT,</b> )	Jarzynowa z makaronem dieta ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Pulpet drobiowy 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Sos pietruszkowy. ( ) 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Marchew oprószana z olejem ( ) 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Kalańfort gotowany* 100 g	Kefir 2% tł 200 ml ( <b>MLE,</b> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Paprykarz rybno (miruna)-warzywny( ) 80 g ( <b>RYB,</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kanapka z szynką i sałata ( chleb pszenno-żytni 60g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT,</b> )	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 993,6</b> <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 79,5</b> <b>Tłuszcz [g] 47,8</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,8</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 326,4</b> <b>w tym cukry [g] 31</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 30,2</b> <b>Sól [g] 9,7</b>
KRK- JPII Niskotłuszczowa	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <b>MLE,</b> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 140 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ,</b> ) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g		Jarzynowa z makaronem dieta ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Pulpet drobiowy 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Sos pietruszkowy. ( ) 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Marchew oprószana z olejem ( ) 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Kalańfort gotowany* 100 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Paprykarz rybno (miruna)-warzywny( ) 80 g ( <b>RYB,</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Banan 1szt. 1 szt	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 221,4</b> <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 88</b> <b>Tłuszcz [g] 42,3</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,2</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 387,1</b> <b>w tym cukry [g] 80</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 29,2</b> <b>Sól [g] 6,5</b>
KRK- JPII Kardiologiczna dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <b>MLE,</b> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 2 szt Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ,</b> ) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ,</b> )		Jarzynowa z makaronem dieta ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Pulpet drobiowy 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Sos pietruszkowy. ( ) 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Surówka z marchwi i chrzanu z olejem ( ) 100 g ( <b>MLE, SOJ,</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Sałatkka szwedzka b/c ( ) 100 g ( <b>GOR,</b> )		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 2 szt Paprykarz rybno (miruna)-warzywny( ) 80 g ( <b>RYB,</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Banan 1szt. 1 szt	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 283,9</b> <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 81,2</b> <b>Tłuszcz [g] 52,3</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,4</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 387,7</b> <b>w tym cukry [g] 79,4</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 33,2</b> <b>Sól [g] 9,7</b>

2023-11-01 środa

KRK- JPII Dziecięca 10-18 lat	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> , <u>GLU</u> <u>JĘCZ</u> , Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> , <u>GLU</u> <u>JĘCZ</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u> , Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> , Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ</u> , Mix sałat 20 g Pomidor 80 g Chleb Graham 30 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , )	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <u>MLE</u> , )	Jarzynowa z makaronem dieta ( ) 250 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Pulpet drobiowy 60 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , ) Sos pietruszkowy. ( ) 100 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ) Surówka z marchwi i chrzanu z olejem ( ) 100 g ( <u>MLE</u> , <u>SOJ</u> , ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Sałatka szwedzka b/c ( ) 100 g ( <u>GOR</u> , )	Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml ( <u>MLE</u> , )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u> , ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> , ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> , ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Banan 1szt. 1 szt	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b> [kcal] 2 257,4 <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g]</b> 84,9 <b>Tłuszcz [g]</b> 62,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 31,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 352,9 <b>w tym cukry [g]</b> 90,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 27,8 <b>Sól [g]</b> 9,3
KRK- JPII Płynna	Sonda Śn 800 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , )		Sonda Ob ( ) 800 ml ( <u>SEL</u> , )		Sonda Kol ( ) 800 ml ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , )	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b> [kcal] 2 114,6 <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g]</b> 134,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 89,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 35,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 207,5 <b>w tym cukry [g]</b> 62,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 33 <b>Sól [g]</b> 3,6
KRK- JPII Papkowata	Papka Śn 800 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , )		Papka Ob ( ) 800 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , )		Papka Kol ( ) 800 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , )	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b> [kcal] 2 097,5 <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g]</b> 128,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 85,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 36,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 217,2 <b>w tym cukry [g]</b> 57 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 24,4 <b>Sól [g]</b> 3,9
KRK- JPII Biegunkowa	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa ( ) 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ) Ryż na sypko 150 g Jabłka prażone b/c 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biszkopty b/m 30 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt	Wafle ryżowe 30 g	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b> [kcal] 1 374 <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g]</b> 32,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 23 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 4,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 264,2 <b>w tym cukry [g]</b> 5,7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 11,8 <b>Sól [g]</b> 2,7

2023-11-01 środa	KRK- JPil Pobiegunkowa	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> )	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Ziemniaki puree ( ) 200 g ( <u>MLE.</u> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biszkopty b/m 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g ( <u>SOJ, MLE.</u> )	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 707,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 73,6 Tłuszcz [g] 34,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,8 Węglowodany ogółem [g] 286 w tym cukry [g] 17,1 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 Sól [g] 6,6
	KRK- JPil Dziecięca 1-3 lat	Kasza kukurydziana na mleku 150 ml ( <u>MLE.</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 150 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g ( <u>SOJ.</u> ) Mix sałat 10 g Pomidor b/skórki 20 g	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Jarzynowa z makaronem dieta ( ) 150 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 100 g Pulpet drobiowy 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos pietruszkowy. ( ) 30 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Marchew oprószana z olejem ( ) 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* b/c 150 ml Kalafor gotowany* 50 g	Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml ( <u>MLE.</u> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Ser żółty 25 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor b/skórki 20 g Sałata zielona 10 g	Banan 1szt. 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 403 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 53,4 Tłuszcz [g] 45,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5 Węglowodany ogółem [g] 203,1 w tym cukry [g] 74,4 Błonnik pokarmowy [g] 14,4 Sól [g] 3,8
	KRK- JPil Dziecięca 4-9 lat	Kasza kukurydziana na mleku 150 ml ( <u>MLE.</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 180 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Jarzynowa z makaronem dieta ( ) 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Pulpet drobiowy 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos pietruszkowy. ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Marchew oprószana z olejem ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* b/c 180 ml Sałatka szwedzka b/c ( ) 100 g ( <u>GOR.</u> )	Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml ( <u>MLE.</u> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Banan 1szt. 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 005,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 75,6 Tłuszcz [g] 59,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4 Węglowodany ogółem [g] 304,8 w tym cukry [g] 84 Błonnik pokarmowy [g] 24,7 Sól [g] 8,2
	KRK- JPil Wegetariańska	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <u>MLE.</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Pasta z fasoli 80 g Mix sałat 20 g Pomidor 80 g Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )		Pieczarkowa z makaronem ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</u> ) Sos pietruszkowy. ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Surówka z marchwi i chrzanu z olejem ( ) 100 g ( <u>MLE, SO2.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Sałatka szwedzka b/c ( ) 100 g ( <u>GOR.</u> )		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Twaróg półtłusty 50 g ( <u>MLE.</u> ) Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 20 g	Banan 1szt. 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 281 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 85,3 Tłuszcz [g] 53,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,3 Węglowodany ogółem [g] 383,3 w tym cukry [g] 76,7 Błonnik pokarmowy [g] 37,3 Sól [g] 7,3

2023-11-02 czwartek	KRK- JP11 Podstawowa	Platki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW,</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Ser topiony 50 g ( <u>MLE,</u> ) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g ( <u>SOJ,</u> ) Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ,</u> )		Barszcz biały z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Fasolka po bretońsku 350 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem * 150 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Sałatka jarzynowa ( ) 100 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u> ) Sałata zielona 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> )	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 2 468,2 <b>Białko ogółem</b> wg rozp. 1169/2011 [g] 89,9 <b>Tłuszcz [g]</b> 82,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 33,3 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 359,2 <b>w tym cukry [g]</b> 39,7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 38,6 <b>Sól [g]</b> 12,6
	KRK- JP11 Podstawowa bez surowizny	Platki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW,</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Ser topiony 50 g ( <u>MLE,</u> ) Ketchup 10 g ( <u>SEL,</u> ) Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ,</u> )		Barszcz biały z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Fasolka po bretońsku 350 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem * 150 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Sałatka jarzynowa ( ) 100 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> )	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 2 412,8 <b>Białko ogółem</b> wg rozp. 1169/2011 [g] 84,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 81,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 33,2 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 350,8 <b>w tym cukry [g]</b> 36 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 36,3 <b>Sól [g]</b> 12,1
	KRK- JP11 Łatwo strawna	Platki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW,</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE,</u> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <u>MLE,</u> ) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g		Ziemniaczana ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g ( <u>SEL, GLU JĘCZ,</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem * 150 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE,</u> ) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Sałatka jarzynowa - dieta ( ) 100 g ( <u>MLE, SEL,</u> ) Sałata zielona 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> )	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 2 314,9 <b>Białko ogółem</b> wg rozp. 1169/2011 [g] 93,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 78,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 33,2 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 321,8 <b>w tym cukry [g]</b> 39,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 27,6 <b>Sól [g]</b> 6,8

KRK- JPII Cukrzycowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ) Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <u>MLE,</u> ) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g	Biszkopty b/c 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> )	Barszcz biały z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u> ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g ( <u>SEL, GLU JĘCZ,</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem * 150 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka z indykami prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Sałatka jarzynowa - dieta ( ) 100 g ( <u>MLE, SEL,</u> ) Sałata zielona 20 g	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u> )	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 2 125 <b>Białko ogółemwg rozp.</b> 1169/2011 [g] 90 <b>Tłuszcz [g]</b> 58,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 13,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 330 <b>w tym cukry [g]</b> 39,4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 41,8 <b>Sól [g]</b> 7,1
KRK- JPII Cukrzyca niskotł. z ogr. łatw. węgl. niskotł.	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <u>MLE,</u> ) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Biszkopty b/c 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> )	Ziemniaczana ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g ( <u>SEL, GLU JĘCZ,</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem * 150 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka z indykami prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Sałatka jarzynowa - dieta ( ) 100 g ( <u>MLE, SEL,</u> ) Sałata zielona 20 g	Kanapka z szynką i pomidorem(chleb pszenno-żytni 60g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT,</u> )	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 2 194,2 <b>Białko ogółemwg rozp.</b> 1169/2011 [g] 82,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 57,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 12,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 353 <b>w tym cukry [g]</b> 36,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 34,2 <b>Sól [g]</b> 8,2
KRK- JPII Niskotłuszczowa	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 140 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <u>MLE,</u> ) Pomidor 80 g Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ) Sałata lodowa 20 g		Ziemniaczana ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g ( <u>SEL, GLU JĘCZ,</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem * 150 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka z indykami prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Sałatka jarzynowa - dieta ( ) 100 g ( <u>MLE, SEL,</u> ) Sałata zielona 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> )	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 2 262,1 <b>Białko ogółemwg rozp.</b> 1169/2011 [g] 97,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 58,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 14,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 350,4 <b>w tym cukry [g]</b> 39,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 28,4 <b>Sól [g]</b> 7,3

<p>KRK- JPII Kardiologiczna dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych</p>	<p>Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 2 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE,</u>) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>)</p>		<p>Ziemniaczana ( ) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL, GLU JĘCZ,</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem * 150 g</p>		<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 2 szt Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ,</u>) Sałatka jarzynowa - dieta ( ) 100 g (<u>MLE, SEL,</u>) Sałata zielona 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>)</p>	<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b> [kcal] 2 336 <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g]</b> 93,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 70,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 16,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 347,7 <b>w tym cukry [g]</b> 39,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 33,1 <b>Sól [g]</b> 8,5</p>
<p>KRK- JPII Dziecięca 10-18 lat</p>	<p>Platki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Ser topiony 50 g (<u>MLE,</u>) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>)</p>	<p>Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt(<u>MLE,</u>)</p>	<p>Barszcz biały z ziemniakami ( ) 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 250 g (<u>SEL, GLU JĘCZ,</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem * 150 g</p>	<p>Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ,</u>)</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ,</u>) Sałatka jarzynowa ( ) 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Sałata zielona 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>)</p>	<p>Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b> [kcal] 2 191,2 <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g]</b> 75,9 <b>Tłuszcz [g]</b> 76,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 29,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 311,3 <b>w tym cukry [g]</b> 37,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 29,1 <b>Sól [g]</b> 7,8</p>
<p>KRK- JPII Płynna</p>	<p>Sonda Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)</p>		<p>Sonda Ob ( ) 800 ml (<u>SEL,</u>)</p>		<p>Sonda Kol ( ) 800 ml (<u>JAJ, SEL,</u>)</p>	<p>Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b> [kcal] 2 114,6 <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g]</b> 134,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 89,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 35,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 207,5 <b>w tym cukry [g]</b> 62,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 33 <b>Sól [g]</b> 3,6</p>



2023-11-02 czwartek

KRK- JP11 Papkowata	Papka Śn 800 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )		Papka Ob ( ) 800 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u> )		Papka Kol ( ) 800 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u> )	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 097,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 128,1 Tłuszcz [g] 85,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,9 Węglowodany ogółem [g] 217,2 w tym cukry [g] 57 Błonnik pokarmowy [g] 24,4 Sól [g] 3,9
KRK- JP11 Biegunkowa	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Ryż na sypko 150 g Jablka prażone b/c 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biszkopty b/m 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ,</u> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 374 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 32,7 Tłuszcz [g] 23 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 4,9 Węglowodany ogółem [g] 264,2 w tym cukry [g] 5,7 Błonnik pokarmowy [g] 11,8 Sól [g] 2,7
KRK- JP11 Pobiegunkowa	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g ( <u>SOJ,</u> )	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Ziemniaki puree ( ) 200 g ( <u>MLE,</u> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biszkopty b/m 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ,</u> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g ( <u>SOJ,</u> )	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 698,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 71,4 Tłuszcz [g] 34,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 6,6 Węglowodany ogółem [g] 288,2 w tym cukry [g] 17,1 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 Sól [g] 6,7
KRK- JP11 Dziecięca 1-3 lat	Płatki owsiane na mleku 150 ml ( <u>MLE, GLU OW,</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 150g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Serek homo. naturalny 40 g ( <u>MLE,</u> ) Pomidor b/skórki 20 g Sałata lodowa 10 g	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <u>MLE,</u> )	Ziemniaczana ( ) 150 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 200 g ( <u>SEL, GLU JE CZ,</u> ) Sos pomidorowy 30 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Kompot owocowy* b/c 150 ml Cukinia pieczona z olejem * 100 g	Biszkopty b/m 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ,</u> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 25 g ( <u>SOJ,</u> ) Sałatka jarzynowa - dieta ( ) 50 g ( <u>MLE, SEL,</u> ) Sałata zielona 10 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 266,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 46,8 Tłuszcz [g] 43,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,1 Węglowodany ogółem [g] 176,9 w tym cukry [g] 22,1 Błonnik pokarmowy [g] 15,7 Sól [g] 2,8

2023-11-02 czwartek	KRK- JPil Dziecięca 4-9 lat	Platki owsiane na mleku 150 ml (MLE, GLU OW, ) Kawa z mlekiem/p b/c 180 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE, ) Serek homo. naturalny 80 g (MLE, ) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE, )	Ziemiaczana ( ) 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 250 g (SEL, GLU JĘCZ, ) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ, ) Kompot owocowy* b/c 180 ml Cukinia pieczona z olejem * 150 g	Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, )	Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE, ) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (SOJ, ) Sałatka jarzynowa - dieta ( ) 100 g (MLE, SEL, ) Sałata zielona 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, )	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 810,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 70,8 Tłuszcz [g] 53,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,8 Węglowodany ogółem [g] 269,9 w tym cukry [g] 30 Błonnik pokarmowy [g] 24,3 Sól [g] 5,6
	KRK- JPil Wegetariańska	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW, ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE, ) Ser topiony 50 g (MLE, ) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Chleb Graham 30 g (GLU PSZ, )	Barszcz biały z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT, ) Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* 350 g (SEL, GLU JĘCZ, ) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ, ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE, ) Cukinia pieczona z olejem * 150 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE, ) Ser żółty 50 g (MLE, ) Sałatka jarzynowa ( ) 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR, ) Sałata zielona 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, )	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 394,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 82,8 Tłuszcz [g] 90,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,4 Węglowodany ogółem [g] 328,7 w tym cukry [g] 47,8 Błonnik pokarmowy [g] 33 Sól [g] 9		
2023-11-03 piątek	KRK- JPil Podstawowa	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE, ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE, ) Dżem 25 g 1 szt Miód (25g) 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Twarożek 40 g (MLE, ) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ, )	Szpinakowa z zacierką ( ) 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, ) Ziemiaki z koperkiem ( ) 200 g Ryba smażona (Dorsz) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, ) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Bukiet jarzyn oprószany z olejem ( ) 100 g (GLU PSZ, SEL, )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE, ) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g (JAJ, GOR, ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 404,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 86,3 Tłuszcz [g] 71,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,2 Węglowodany ogółem [g] 368,8 w tym cukry [g] 64,1 Błonnik pokarmowy [g] 31,1 Sól [g] 6,5		
	KRK- JPil Podstawowa bez surowizny	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE, ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE, ) Dżem 25 g 1 szt Miód (25g) 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Chleb Graham 30 g (GLU PSZ, )	Szpinakowa z zacierką ( ) 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, ) Ziemiaki ( ) 200 g Ryba smażona (Dorsz) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, ) Bukiet jarzyn oprószany z olejem ( ) 100 g (GLU PSZ, SEL, ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE, ) Pasta z jaj 80 g (JAJ, GOR, ) Ketchup 10 g (SEL, )	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 281,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 79 Tłuszcz [g] 64,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21 Węglowodany ogółem [g] 358,1 w tym cukry [g] 56,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,2 Sól [g] 6,8		

2023-11-03 piątek

KRK- JPII Łatwo strawna	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, JECZ,</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE,</u> ) Dżem 25 g 1 szt Miód (25g) 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt		Szpinakowa z zacierką ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Pulpet z ryby (Dorsz) 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ) Sos koperkowy. ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Bukiet jarzyn oprószany z olejem ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE,</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Drożdżówka mini 50g 50g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> )	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 2 357,3 <b>Białko ogółemwg rozp.</b> 1169/2011 [g] 81,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 71 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 32,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 361,3 w tym cukry [g] 60,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 25,7 <b>Sól [g]</b> 5,1	
KRK- JPII Cukrzykowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU PSZ, GLU JECZ,</u> ) Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Twarożek 80 g ( <u>MLE,</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kefir 2% tł 200 ml ( <u>MLE,</u> )	Szpinakowa z zacierką ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Pulpet z ryby (Dorsz) 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ) Sos koperkowy. ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Bukiet jarzyn oprószany z olejem ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )	Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Kanapka z serkiem homo i sałatą (chleb razowy 60g, margaryna 5g, serek homo 25g, sałata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 1 985,8 <b>Białko ogółemwg rozp.</b> 1169/2011 [g] 95,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 55,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 15,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 294,7 w tym cukry [g] 37 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 35,4 <b>Sól [g]</b> 5,9
KRK- JPII Cukrzyca niskoti. z ogr. łatw. węgl. niskoti.	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Twarożek 80 g ( <u>MLE,</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kefir 2% tł 200 ml ( <u>MLE,</u> )	Szpinakowa z zacierką ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Pulpet z ryby (Dorsz) 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ) Sos koperkowy. ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Bukiet jarzyn oprószany z olejem ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g	Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z białek z koperkiem 80 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Kanapka z serkiem homo i sałatą (chleb pszenno-żytni 60g, margaryna 5g, serek homo 25g, sałata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,</u> )	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 2 095,5 <b>Białko ogółemwg rozp.</b> 1169/2011 [g] 95,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 57,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 17,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 312,2 w tym cukry [g] 31,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 28,6 <b>Sól [g]</b> 7,4

2023-11-03 piątek	KRK- JPII Niski(tuszczoza	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, _</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 140 g ( <u>GLU PSZ, _</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Dżem 25 g 1 szt Miód (25g) 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Szpinakowa z zacierką ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Pulpet z ryby (Dorsz) 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</u> ) Sos koperkowy. ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u> ) Bukiet jarzyn oprószany z olejem ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL, _</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ, _</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z białek z koperkiem 80 g ( <u>JAJ, MLE, _</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, _</u> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 402,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92,8 Tłuszcz [g] 55,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,1 Węglowodany ogółem [g] 395,7 w tym cukry [g] 61 Błonnik pokarmowy [g] 26,8 Sól [g] 5,9
	KRK- JPII Kardiologiczna dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, _</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 2 szt Dżem 25 g 1 szt Miód (25g) 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ, _</u> )		Szpinakowa z zacierką ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Pulpet z ryby (Dorsz) 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</u> ) Sos koperkowy. ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u> ) Salatka z kapusty czerwonej z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Bukiet jarzyn oprószany z olejem ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL, _</u> )		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 2 szt Pasta z jaj z koperkiem-dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE, _</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 362,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 80 Tłuszcz [g] 61,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,6 Węglowodany ogółem [g] 387,4 w tym cukry [g] 63 Błonnik pokarmowy [g] 35,4 Sól [g] 7,2
	KRK- JPII Dziecięca 10-18 lat	Kasza manna na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, _</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE, _</u> ) Dżem 25 g 1 szt Miód (25g) 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ, _</u> )	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml	Szpinakowa z zacierką ( ) 250 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Ryba smażona (Dorsz) 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</u> ) Salatka z kapusty czerwonej z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Bukiet jarzyn oprószany z olejem ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL, _</u> )	Galaretką jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g ( <u>MLE, _</u> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE, _</u> ) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g ( <u>JAJ, GOR, _</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, _</u> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 440,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 77 Tłuszcz [g] 67,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,1 Węglowodany ogółem [g] 395,6 w tym cukry [g] 77 Błonnik pokarmowy [g] 30,3 Sól [g] 6,2

2023-11-03 piątek

KRK- JP11 Płynna	Sonda Śn 800 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )		Sonda Ob () 800 ml ( <u>SEL,</u> )		Sonda Kol () 800 ml ( <u>JAJ, SEL,</u> )	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 114,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 134,5 Tłuszcz [g] 89,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,6 Węglowodany ogółem [g] 207,5 w tym cukry [g] 62,3 Błonnik pokarmowy [g] 33 Sól [g] 3,6
KRK- JP11 Papkowata	Papka Śn 800 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )		Papka Ob () 800 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u> )		Papka Kol () 800 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u> )	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 138,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 129,9 Tłuszcz [g] 84,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,8 Węglowodany ogółem [g] 225,4 w tym cukry [g] 57 Błonnik pokarmowy [g] 27,4 Sól [g] 3,2
KRK- JP11 Biegunkowa	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa () 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Ryż na sytko 150 g Jabłka prażone b/c 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biszkopty b/m 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ,</u> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 374 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 32,7 Tłuszcz [g] 23 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 4,9 Węglowodany ogółem [g] 264,2 w tym cukry [g] 5,7 Błonnik pokarmowy [g] 11,8 Sól [g] 2,7
KRK- JP11 Pobiegunkowa	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g ( <u>SOJ, SEL,</u> )	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa () 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Ziemniaki puree () 200 g ( <u>MLE,</u> ) Marchew gotowana z olejem () 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biszkopty b/m 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ,</u> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g ( <u>SOJ, SEL,</u> )	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 707,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 70,6 Tłuszcz [g] 34,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,6 Węglowodany ogółem [g] 288,2 w tym cukry [g] 17,1 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 Sól [g] 6,3

2023-11-03 piątek	KRK- JP11 Dziecięca 1-3 lat	Kasza manna na mleku 150 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, )</u> Kawa z mlekiem/p b/c 150 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, )</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE, )</u> Dżem 25 g 1 szt Miód (25g) 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml	Szpinakowa z zacierką ( ) 150 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, )</u> Ziemniaki z koperkiem ( ) 100 g Pulpet z ryby (Dorsz) 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, )</u> Sos koperkowy. ( ) 30 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, )</u> Bukiet jarzyn oprószany z olejem ( ) 50 g ( <u>GLU PSZ, SEL, )</u> Kompot owocowy* b/c 150 ml Brokuł gotowany* 50 g	Galaretką jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g ( <u>MLE, )</u>	Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, )</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE, )</u> Pasta z jaj z koperkiem -dieta 40 g ( <u>JAJ, MLE, )</u> Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 20 g	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, )</u>	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 455,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 45,5 Tłuszcz [g] 38 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,4 Węglowodany ogółem [g] 239,7 w tym cukry [g] 60,3 Błonnik pokarmowy [g] 14,9 Sól [g] 2,8
	KRK- JP11 Dziecięca 4-9 lat	Kasza manna na mleku 150 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, )</u> Kawa z mlekiem/p b/c 180 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, )</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE, )</u> Dżem 25 g 1 szt Miód (25g) 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml	Szpinakowa z zacierką ( ) 250 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, )</u> Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Pulpet z ryby (Dorsz) 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, )</u> Sos koperkowy. ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, )</u> Bukiet jarzyn oprószany z olejem ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL, )</u> Kompot owocowy* b/c 180 ml Brokuł gotowany* 100 g	Galaretką jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g ( <u>MLE, )</u>	Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, )</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE, )</u> Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE, )</u> Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, )</u>	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 009,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 64,4 Tłuszcz [g] 49,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,4 Węglowodany ogółem [g] 339,3 w tym cukry [g] 68,2 Błonnik pokarmowy [g] 25,6 Sól [g] 5,2
	KRK- JP11 Wegetariańska	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, )</u> Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, )</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE, )</u> Dżem 25 g 1 szt Miód (25g) 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ, )</u>		Szpinakowa z zacierką ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, )</u> Kotlety grzybane z cebulką i twarogiem 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, )</u> Sos koperkowy ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, )</u> Sałatka z kapusty czerwonej z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Bukiet jarzyn oprószany z olejem ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL, )</u>		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, )</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE, )</u> Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g ( <u>JAJ, GOR, )</u> Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, )</u>	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 460,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 82,6 Tłuszcz [g] 77,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,8 Węglowodany ogółem [g] 371,5 w tym cukry [g] 65,5 Błonnik pokarmowy [g] 31,6 Sól [g] 5,9
	2023-11-04 sobota	KRK- JP11 Podstawowa	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU JEĆZ, )</u> Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, )</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE, )</u> Paszтет z soczewicy ( ) 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, )</u> Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ, )</u>		Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL, )</u> Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Bigos 350 g ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR, )</u> Kompot owocowy* b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, )</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE, )</u> Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane, wędz, parz w osłonce niejadalnej) 70 g ( <u>SOJ, )</u> Ketchup 10 g ( <u>SEL, )</u> Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 447,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 80,7 Tłuszcz [g] 91 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,7 Węglowodany ogółem [g] 339,7 w tym cukry [g] 49,1 Błonnik pokarmowy [g] 36 Sól [g] 12,3

2023-11-04 sobota	KRK- JPII Podstawowa bez surowizny	<p>Platki jęczmienne na mleku 400 ml (<b>MLE, GLU JECZ.</b>)                  Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b>)                  Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                  Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>)                  Pasztet z soczewicy () 70 g (<b>GLU PSZ, JAJ.</b>)                  Ketchup 10 g (<b>SEL.</b>)                  Chleb Graham 30 g (<b>GLU PSZ.</b>)</p>		<p>Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (<b>MLE, SEL.</b>)                  Ziemniaki () 200 g                  Bigos 350 g (<b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b>)                  Kompot owocowy* b/c 250 ml                  Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p>		<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                  Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                  Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>)                  Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane, wędz.parz w osłonce niejadalnej) 70 g (<b>SOJ.</b>)                  Ketchup 10 g (<b>SEL.</b>)</p>	<p>Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b>                  [kcal] 2 395,2  <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g]</b>                  78,5  <b>Tłuszcz [g]</b> 87,7  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 32,7  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 334,1                  w tym cukry [g] 47,4  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 34,2  <b>Sól [g]</b> 11,1</p>
	KRK- JPII Łatwo strawna	<p>Platki jęczmienne na mleku 400 ml (<b>MLE, GLU JECZ.</b>)                  Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b>)                  Bułka pszenna długa krojona 100 g (<b>GLU PSZ.</b>)                  Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<b>MLE.</b>)                  Szyńka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<b>SOJ.</b>)                  Pomidor 40 g                  Sałata zielona 20 g</p>		<p>Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (<b>MLE, SEL.</b>)                  Ziemniaki z koperkiem () 200 g                  Gulasz wieprzowy-dieta 150 g (<b>GLU PSZ.</b>)                  Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g                  Kompot owocowy* b/c 250 ml                  Marchew gotowana z olejem () 100 g</p>		<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                  Bułka pszenna długa krojona 100 g (<b>GLU PSZ.</b>)                  Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<b>MLE.</b>)                  Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<b>SOJ.</b>)                  Sałata zielona 20 g                  Pomidor 80 g</p>	<p>Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b>                  [kcal] 2 172  <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g]</b>                  89,4  <b>Tłuszcz [g]</b> 69,6  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 33,7  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 309,2                  w tym cukry [g] 45  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 26,8  <b>Sól [g]</b> 7,4</p>
	KRK- JPII Cukrzycowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>Chleb Graham 100 g (<b>GLU PSZ.</b>)                  Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt                  Pasztet z soczewicy () 70 g (<b>GLU PSZ, JAJ.</b>)                  Ogórek kiszony 80 g                  Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b>)                  Sałata zielona 20 g</p>	<p>Kanapka z twarogiem i sałatą (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt (<b>GLU PSZ, MLE.</b>)</p>	<p>Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (<b>MLE, SEL.</b>)                  Ziemniaki z koperkiem () 200 g                  Gulasz wieprzowy-dieta 150 g (<b>GLU PSZ.</b>)                  Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g                  Kompot owocowy* b/c 250 ml                  Buraczki gotowane drobno tarte() b/c 100 g</p>	<p>Jabłko 1 szt 1 szt</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                  Chleb Graham 100 g (<b>GLU PSZ.</b>)                  Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt                  Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<b>SOJ.</b>)                  Sałata zielona 20 g                  Pomidor 80 g</p>	<p>Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b>                  [kcal] 2 201,5  <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g]</b>                  97,9  <b>Tłuszcz [g]</b> 64,1  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 15,8  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 329,4                  w tym cukry [g] 41,5  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 42,6  <b>Sól [g]</b> 9,1</p>

2023-11-04 sobota

<p>KRK- JPil Cukrzyca niskotł., z ogr. łatw. węgł. niskotł.</p>	<p>Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<b>SOJ.</b>) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Kanapka z twarożkiem i sałata ( chleb pszenno-żytni 60g, margaryna 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 1 szt (<b>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</b>)</p>	<p>Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (<b>MLE, SEL.</b>) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Gulasz wieprzowy-dieta 150 g (<b>GLU PSZ.</b>) Buraczki gotowane drobno tarte ( ) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Marchew gotowana z olejem ( ) 100 g</p>	<p>Jabłko 1 szt 1 szt</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<b>SOJ.</b>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g</p>	<p>Kanapka z szynką i pomidorem (chleb pszenno-żytni 60g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT.</b>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b> <b>[kcal] 2 115,1</b> <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g]</b> <b>84,7</b> <b>Tłuszcz [g] 52,2</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,5</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 342,3</b> <b>w tym cukry [g] 41,8</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 32,3</b> <b>Sól [g] 10,4</b></p>
<p>KRK- JPil Niskotłuszczowa</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (<b>MLE, GLU JĘCZ.</b>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b>) Bułka pszenna długa krojona 140 g (<b>GLU PSZ.</b>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<b>SOJ.</b>) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g</p>		<p>Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (<b>MLE, SEL.</b>) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Gulasz wieprzowy-dieta 150 g (<b>GLU PSZ.</b>) Buraczki gotowane drobno tarte ( ) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Marchew gotowana z olejem ( ) 100 g</p>		<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<b>GLU PSZ.</b>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<b>SOJ.</b>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g</p>	<p>Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b> <b>[kcal] 2 146,8</b> <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g]</b> <b>94,5</b> <b>Tłuszcz [g] 49,5</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,6</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 343,6</b> <b>w tym cukry [g] 45,6</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 27,9</b> <b>Sól [g] 8</b></p>
<p>KRK- JPil Kardiologiczna dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (<b>MLE, GLU JĘCZ.</b>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 2 szt Paszтет z soczewicy ( ) 70 g (<b>GLU PSZ, JAJ.</b>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Chleb Graham 30 g (<b>GLU PSZ.</b>)</p>		<p>Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (<b>MLE, SEL.</b>) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Gulasz wieprzowy-dieta 150 g (<b>GLU PSZ.</b>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Buraczki gotowane drobno tarte ( ) 100 g</p>		<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 2 szt Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<b>SOJ.</b>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g</p>	<p>Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b> <b>[kcal] 2 449,5</b> <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g]</b> <b>95,1</b> <b>Tłuszcz [g] 72,4</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,7</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 369,7</b> <b>w tym cukry [g] 43,9</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 36,5</b> <b>Sól [g] 10,1</b></p>



2023-11-04 sobota

KRK- JPII Dziecięca 10-18 lat	Platki jęczmienne na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Paszтет z soczewicy () 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> )	Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Koperkowa z ryżem ( ) 250 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Gulasz wieprzowy-dieta 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Buraczki gotowane drobno tarte ( ) 100 g	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane, wędz.parz w osłonce niejadalnej) 70 g ( <b>SOJ.</b> ) Ketchup 10 g ( <b>SEL.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b> [kcal] 2 415,1 <b>Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g]</b> 91 <b>Tłuszcz [g]</b> 80,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 30,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 342,7 w tym cukry [g] 54,7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 32,8 <b>Sól [g]</b> 9,4
KRK- JPII Płynna	Sonda Śn 800 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> )		Sonda Ob ( ) 800 ml ( <b>SEL.</b> )		Sonda Kol ( ) 800 ml ( <b>JAJ, SEL.</b> )	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b> [kcal] 2 114,6 <b>Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g]</b> 134,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 89,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 35,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 207,5 w tym cukry [g] 62,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 33 <b>Sól [g]</b> 3,6
KRK- JPII Papkowata	Papka Śn 800 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> )		Papka Ob ( ) 800 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )		Papka Kol ( ) 800 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b> [kcal] 2 133,5 <b>Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g]</b> 127,9 <b>Tłuszcz [g]</b> 84,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 36,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 226,5 w tym cukry [g] 57 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 26,2 <b>Sól [g]</b> 3,2
KRK- JPII Biegunkowa	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 150 g Jabłka prażone b/c 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biszkopty b/m 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</b> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt	Wafle ryżowe 30 g	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b> [kcal] 1 374 <b>Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g]</b> 32,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 23 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 4,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 264,2 w tym cukry [g] 5,7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 11,8 <b>Sól [g]</b> 2,7

2023-11-04 sobota	KRK- JPil Poblęgnikowa	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> )	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki puree ( ) 200 g ( <u>MLE.</u> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Marchew gotowana z olejem ( ) 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biszkopty b/m 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> )	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 1 705,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 71,4 Tłuszcz [g] 34,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,4 Węglowodany ogółem [g] 288,2 w tym cukry [g] 17,1 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 Sól [g] 6,7
	KRK- JPil Dziecięca 1-3 lat	Platki jęczmienne na mleku 150 ml ( <u>MLE, GLU JEJCZ.</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 150 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 25 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor b/skórki 20 g Sałata zielona 10 g	Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Koperkowa z ryżem ( ) 150 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 100 g Gulasz wieprzowy-dieta 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem ( ) 50 g Kompot owocowy* b/c 150 ml Buraczki gotowane drobno tarte ( ) 50 g	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml ( <u>MLE.</u> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane, wędz.parz w osłonce niejadalnej) 70 g ( <u>SOJ.</u> ) Ketchup 10 g ( <u>SEL.</u> ) Pomidor b/skórki 20 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 1 451,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 59,9 Tłuszcz [g] 61,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,1 Węglowodany ogółem [g] 168 w tym cukry [g] 36,6 Błonnik pokarmowy [g] 13,8 Sól [g] 5,3
	KRK- JPil Dziecięca 4-9 lat	Platki jęczmienne na mleku 150 ml ( <u>MLE, GLU JEJCZ.</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 180 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g	Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Koperkowa z ryżem ( ) 250 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Gulasz wieprzowy-dieta 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy* b/c 180 ml Buraczki gotowane drobno tarte ( ) 100 g	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml ( <u>MLE.</u> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane, wędz.parz w osłonce niejadalnej) 70 g ( <u>SOJ.</u> ) Ketchup 10 g ( <u>SEL.</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 1 942,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 74,8 Tłuszcz [g] 66,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3 Węglowodany ogółem [g] 270,1 w tym cukry [g] 49,5 Błonnik pokarmowy [g] 24,8 Sól [g] 7,8

2023-11-04 sobota	KRK- JPII Wegetarińska	<p>Platki jęczmienne na mleku 400 ml (<b>MLE, GLU JECZ.</b>)                  Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b>)                  Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                  Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>)                  Pasztet z soczewicy () 70 g (<b>GLU PSZ, JAJ.</b>)                  Ogórek kiszony 80 g                  Salata zielona 20 g                  Chleb Graham 30 g (<b>GLU PSZ.</b>)</p>		<p>Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml (<b>MLE, SEL.</b>)                  Ziemiaki z koperkiem ( ) 200 g                  Gulasz warzywny z ciecierzycą ( ) 150 g (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)                  Surówka z marchwi i jabłka ( ) 150 g (<b>MLE.</b>)                  Kompot owocowy* b/c 250 ml                  Buraczki gotowane drobno tarte ( ) 100 g</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                  Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                  Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>)                  Twarożek po grecku 80 g (<b>MLE.</b>)                  Salata zielona 20 g                  Pomidor 80 g</p>	<p>Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna wg rozp.</b>                  1169/2011[kcal] [kcal] 2 185  <b>Białko ogółem</b> wg rozp. 1169/2011 [g] 77,7  <b>Tłuszcz [g]</b> 57,3  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 22,9  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 356,3 w tym cukry [g] 56,2  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 40,8  <b>Sól [g]</b> 8,5</p>
	KRK- JPII Podstawowa	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<b>MLE.</b>)                  Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b>)                  Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                  Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>)                  Ser żółty 50 g (<b>MLE.</b>)                  Salata zielona 20 g                  Jabłko 1 szt 1 szt                  Chleb Graham 30 g (<b>GLU PSZ.</b>)</p>	<p>Rosół z makaronem ( ) 400 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)                  Ziemiaki z koperkiem ( ) 200 g                  Udko pieczone 1 szt. 210 g                  Surówka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 100 g                  Kompot owocowy* b/c 250 ml                  Brokuł gotowany* 100 g</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                  Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                  Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>)                  Salami kielbasa wieprzowo-wołowa drobno rozdrobniona surowo wędzona, dojrzewająca, wędzona. 50 g (<b>SOJ, SEL, GOR.</b>)                  Pomidor 80 g                  Salata zielona 20 g</p>	<p>Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna wg rozp.</b>                  1169/2011[kcal] [kcal] 2 594,4  <b>Białko ogółem</b> wg rozp. 1169/2011 [g] 131,6  <b>Tłuszcz [g]</b> 102,6  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 42,9  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 297,7 w tym cukry [g] 41,5  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 28,6  <b>Sól [g]</b> 8,2</p>	
2023-11-05 niedziela	KRK- JPII Podstawowa bez surowizny	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<b>MLE.</b>)                  Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b>)                  Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                  Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>)                  Ser żółty 50 g (<b>MLE.</b>)                  Jabłko pieczone 1szt. 1 szt                  Chleb Graham 30 g (<b>GLU PSZ.</b>)</p>	<p>Rosół z makaronem ( ) 400 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)                  Ziemiaki ( ) 200 g                  Udko pieczone 1 szt. 210 g                  Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 100 g (<b>SEL.</b>)                  Kompot owocowy* b/c 250 ml                  Brokuł gotowany* 100 g</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                  Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                  Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>)                  Salami kielbasa wieprzowo-wołowa drobno rozdrobniona surowo wędzona, dojrzewająca, wędzona. 50 g (<b>SOJ, SEL, GOR.</b>)                  Ketchup 10 g (<b>SEL.</b>)</p>	<p>Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna wg rozp.</b>                  1169/2011[kcal] [kcal] 2 640,5  <b>Białko ogółem</b> wg rozp. 1169/2011 [g] 131  <b>Tłuszcz [g]</b> 105,6  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 43  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 303,6 w tym cukry [g] 46,2  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 31,4  <b>Sól [g]</b> 9,1</p>	
	KRK- JPII Łatwo strawna	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<b>MLE.</b>)                  Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b>)                  Bułka pszenna długa krojona 100 g (<b>GLU PSZ.</b>)                  Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<b>MLE.</b>)                  Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (<b>MLE.</b>)                  Jabłko pieczone 1szt. 1 szt                  Salata zielona 20 g</p>	<p>Rosół z makaronem ( ) 400 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)                  Ziemiaki z koperkiem ( ) 200 g                  Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g                  Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 100 g (<b>SEL.</b>)                  Kompot owocowy* b/c 250 ml                  Brokuł gotowany* 100 g</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                  Bułka pszenna długa krojona 100 g (<b>GLU PSZ.</b>)                  Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<b>MLE.</b>)                  Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<b>SOJ.</b>)                  Pomidor 80 g                  Salata zielona 20 g</p>	<p>Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna wg rozp.</b>                  1169/2011[kcal] [kcal] 2 643,6  <b>Białko ogółem</b> wg rozp. 1169/2011 [g] 128,1  <b>Tłuszcz [g]</b> 99,6  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 41,6  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 320,2 w tym cukry [g] 51,9  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 28,9  <b>Sól [g]</b> 6,3</p>	

2023-11-05 niedziela

KRK- JPII Cukrzycowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Twarożek 80 g ( <u>MLE,</u> ) Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt	Maślanka 150 ml ( <u>MLE,</u> )	Rosół z makaronem () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 150 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u> )	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 2 299,9 <b>Białko ogółemwg rozp.</b> 1169/2011 [g] 128,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 79,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 22,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 284,8 <b>w tym cukry [g]</b> 45 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 32,7 <b>Sól [g]</b> 7,4
KRK- JPII Cukrzyca niskotti. z ogr. łatw. węgl. niskotti.	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Twarożek 80 g ( <u>MLE,</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 20 g	Maślanka 150 ml ( <u>MLE,</u> )	Rosół z makaronem () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g ( <u>SEL,</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 150 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kanapka z szynką i sałatą(chleb pszenno-żytni 60g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT,</u> )	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 2 434,6 <b>Białko ogółemwg rozp.</b> 1169/2011 [g] 122,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 81,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 22,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 317,5 <b>w tym cukry [g]</b> 50,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 30,8 <b>Sól [g]</b> 9,1
KRK- JPII Niskottłuszczowa	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <u>MLE,</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 140 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 80 g ( <u>MLE,</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 20 g		Rosół z makaronem () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g ( <u>SEL,</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 2 618,4 <b>Białko ogółemwg rozp.</b> 1169/2011 [g] 133,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 79,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 22,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 354,7 <b>w tym cukry [g]</b> 52,5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 30 <b>Sól [g]</b> 6,9

2023-11-05 niedziela

KRK- JPII Kardologiczna dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JE CZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 2 szt Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 80 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 20 g Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ</u> )		Rosół z makaronem () 400 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 2 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 2 657,1 <b>Białko ogółem</b> wg rozp. 1169/2011 [g] 126,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 91 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 25,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 344,3 w tym cukry [g] 43 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 30,6 <b>Sól [g]</b> 8,1
KRK- JPII Dziecięca 10-18 lat	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JE CZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ) Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ</u> )	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Rosół z makaronem () 250 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 150 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Sok wieloowocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 2 501,5 <b>Białko ogółem</b> wg rozp. 1169/2011 [g] 118,9 <b>Tłuszcz [g]</b> 92,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 38,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 312 w tym cukry [g] 48,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 24,3 <b>Sól [g]</b> 7,6
KRK- JPII Płynna	Sonda Śn 800 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JA J</u> , <u>MLE</u> )		Sonda Ob () 800 ml ( <u>SEL</u> )		Sonda Kol () 800 ml ( <u>JA J</u> , <u>SEL</u> )	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 2 114,6 <b>Białko ogółem</b> wg rozp. 1169/2011 [g] 134,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 89,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 35,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 207,5 w tym cukry [g] 62,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 33 <b>Sól [g]</b> 3,6

2023-11-05 niedziela

KRK- JP11 Papkowata	Papka Śn 800 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )		Papka Ob ( ) 800 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u> )		Papka Kol ( ) 800 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u> )	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 138,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 129,9 Tłuszcz [g] 84,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,8 Węglowodany ogółem [g] 225,4 w tym cukry [g] 57 Błonnik pokarmowy [g] 27,4 Sól [g] 3,2
KRK- JP11 Biegunkowa	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Ryż na sypko 150 g Jablka prażone b/c 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biszkopty b/m 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ,</u> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 374 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 32,7 Tłuszcz [g] 23 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 4,9 Węglowodany ogółem [g] 264,2 w tym cukry [g] 5,7 Błonnik pokarmowy [g] 11,8 Sól [g] 2,7
KRK- JP11 Pobiegunkowa	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g ( <u>SOJ,</u> )	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Ziemniaki puree ( ) 200 g ( <u>MLE,</u> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biszkopty b/m 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ,</u> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g ( <u>SOJ,</u> )	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 699,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 71,6 Tłuszcz [g] 33,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,4 Węglowodany ogółem [g] 288,2 w tym cukry [g] 17,1 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 Sól [g] 6,5
KRK- JP11 Dziecięca 1-3 lat	Kasza kukurydziana na mleku 150 ml ( <u>MLE,</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 150 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 40 g ( <u>MLE,</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Salata zielona 10 g	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <u>MLE,</u> )	Rosół z makaronem ( ) 150 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 100 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 50 g ( <u>SEL,</u> ) Kompot owocowy* b/c 150 ml Brokuł gotowany* 50 g	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 150 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony osłonce niejadalnej 25 g ( <u>SOJ,</u> ) Pomidór b/skórki 20 g Salata zielona 10 g	Sok wieloowocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 660,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 85,2 Tłuszcz [g] 69 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1 Węglowodany ogółem [g] 181,5 w tym cukry [g] 42,6 Błonnik pokarmowy [g] 14,1 Sól [g] 3,4

2023-11-05 niedziela	KRK- JPII Dziecięca 4-9 lat	Kasza kukurydziana na mleku 150 ml ( <b>MLE</b> , <b>GLU</b> ) Kawa z mlekiem/p b/c 180 g ( <b>MLE</b> , <b>GLU</b> , <b>ZYT</b> , <b>GLU</b> , <b>JECZ</b> , Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU</b> , <b>PSZ</b> , <b>GLU</b> , <b>ZYT</b> , Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> , Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 80 g ( <b>MLE</b> , Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 20 g	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <b>MLE</b> , <b>PSZ</b> , <b>SEL</b> , Rosół z makaronem () 250 ml ( <b>GLU</b> , <b>PSZ</b> , <b>SEL</b> , Ziemniaki z koperkiem () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g ( <b>SEL</b> , Kompot owocowy* b/c 180 ml Brokuł gotowany* 100 g	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 150 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU</b> , <b>PSZ</b> , <b>GLU</b> , <b>ZYT</b> , Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> , Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g ( <b>SOJ</b> , Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Sok wieloowocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 2 204,2 <b>Białko ogółemwg rozp.</b> 1169/2011 [g] 104,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 78,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 28,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 280,6 <b>w tym cukry [g]</b> 50 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 23,8 <b>Sól [g]</b> 6
	KRK- JPII Vegetariańska	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <b>MLE</b> , <b>GLU</b> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE</b> , <b>GLU</b> , <b>ZYT</b> , <b>GLU</b> , <b>JECZ</b> , Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU</b> , <b>PSZ</b> , <b>GLU</b> , <b>ZYT</b> , Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> , Ser żółty 50 g ( <b>MLE</b> , Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Chleb Graham 30 g ( <b>GLU</b> , <b>PSZ</b> , <b>SEL</b> , Ziemniaki z koperkiem () 200 g Kotlet z jaj 100 g ( <b>GLU</b> , <b>PSZ</b> , <b>JAJ</b> , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g	Grycikowa () 400 ml ( <b>GLU</b> , <b>PSZ</b> , Ziemniaki z koperkiem () 200 g Kotlet z jaj 100 g ( <b>GLU</b> , <b>PSZ</b> , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU</b> , <b>PSZ</b> , <b>GLU</b> , <b>ZYT</b> , Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> , Sałatka z soczewicy,pomidora i ogórka kiszzonego 150 g Sałata zielona 20 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 2 399,5 <b>Białko ogółemwg rozp.</b> 1169/2011 [g] 89,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 78,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 31,2 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 344,9 <b>w tym cukry [g]</b> 41,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 33,4 <b>Sól [g]</b> 8,3	

<nazwa jednostki>

<ulica>, <kod>

### **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,  
SO2 - 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,