

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II ŚN	Obiad	PD	Kolacja	PN	SUMA
2023-10-30 poniedziałek	KRK- JP11 Podstawowa	Platki 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>) 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, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata 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 Salata zielona 20 g Szynka z indykami prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (<u>SOJ,</u>)	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 253,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 84,9 Tłuszcz [g] 74,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,6 Węglowodany ogółem [g] 320,1 w tym cukry [g] 28,8 Błonnik pokarmowy [g] 32,8 Sól [g] 9,4
	KRK- JP11 Podstawowa bez surowizny	Platki 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>) 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, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL,</u>)		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>) Ketchup 10 g (<u>SEL,</u>)	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 209,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 79,6 Tłuszcz [g] 72,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2 Węglowodany ogółem [g] 313,9 w tym cukry [g] 28,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,3 Sól [g] 7,8
	KRK- JP11 Łatwo strawna	Platki 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 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w 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 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 103,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 78,2 Tłuszcz [g] 65,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,5 Węglowodany ogółem [g] 307,5 w tym cukry [g] 34,7 Błonnik pokarmowy [g] 20,2 Sól [g] 5

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>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 980,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 88 Tłuszcz [g] 54,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,4 Węglowodany ogółem [g] 296,2 w tym cukry [g] 20 Błonnik pokarmowy [g] 35,9 Sól [g] 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>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 911,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 71,8 Tłuszcz [g] 45,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 312 w tym cukry [g] 20,4 Błonnik pokarmowy [g] 20,4 Sól [g] 8,4
KRK- JPII Niskotłuszczowa	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	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 053,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 82,3 Tłuszcz [g] 42,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,4 Węglowodany ogółem [g] 344,6 w tym cukry [g] 35,3 Błonnik pokarmowy [g] 21,3 Sól [g] 6,7

2023-10-30 poniedziałek

<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>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 167 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 78 Tłuszcz [g] 57,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,4 Węglowodany ogółem [g] 338,7 w tym cukry [g] 31,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,3 Sól [g] 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>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 286,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 81,1 Tłuszcz [g] 59,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,4 Węglowodany ogółem [g] 364,3 w tym cukry [g] 47,8 Błonnik pokarmowy [g] 24,7 Sól [g] 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>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 114,6 Białko ogółemwg 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</p>

2023-10-30 poniedziałek

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 Wegetarińska	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	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		Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,)</u> Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,)</u> Szynka wieprzowa gotowana 60 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,)</u> Salatka 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 50 g (<u>GLU PSZ,)</u> Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,)</u> 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] 2 226 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
KRK- JPII Cukrzykowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	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	Jabłko 1 szt 1 szt	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> Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g	Sok pomidorowy 200 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 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		Wartość energetyczna wg rozp. 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
KRK- JPII Cukrzyca niskotł. z ogr. łatw. węgl. niskotł.	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	Jabłko 1 szt 1 szt	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,)</u> Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,)</u> Szynka wieprzowa gotowana 60 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,)</u> Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g	Sok pomidorowy 200 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 Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ,)</u> Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g		Wartość energetyczna wg rozp. 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

2023-10-31 wtorek

2023-10-31 wtorek	KRK- JPII Niskotłuszczowa	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- 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 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- JP1 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	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 254,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 46,5 Tłuszcz [g] 39,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,5 Węglowodany ogółem [g] 185,5 w tym cukry [g] 44 Błonnik pokarmowy [g] 16,5 Sól [g] 3,1
	KRK- JP1 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	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 999,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 71,5 Tłuszcz [g] 52,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,2 Węglowodany ogółem [g] 323,1 w tym cukry [g] 57,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,2 Sól [g] 6,4
	KRK- JP11 Vegetariańska	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	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 205,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 88,2 Tłuszcz [g] 78 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,7 Węglowodany ogółem [g] 301,1 w tym cukry [g] 50,9 Błonnik pokarmowy [g] 32,5 Sól [g] 7
	KRK- JP11 Podstawowa	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<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 Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>) Mix sałat 20g Pomidor 80g Chleb Graham 30g (<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	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 918,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 70,3 Tłuszcz [g] 49,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,7 Węglowodany ogółem [g] 312,1 w tym cukry [g] 65,9 Błonnik pokarmowy [g] 28,8 Sól [g] 8,9

2023-11-01 środa	KRK- JPil Podstawowa bez surowizny	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> , <u> </u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE</u> , <u>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> , Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u> , Ketchup 10 g (<u>SEL</u> , Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u> ,)		Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> , Ziemniaki () 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 250 ml Kalafior gotowany* 100 g)		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> , Ketchup 10 g (<u>SEL</u> ,)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 705,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 68 Tłuszcz [g] 47,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,2 Węglowodany ogółem [g] 260,3 w tym cukry [g] 22,2 Błonnik pokarmowy [g] 24,1 Sól [g] 8,7
	KRK- JPil Łatwo strawna	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> , Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT, GLU JEĆZ</u> , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u> , Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u> , Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u> , Mix sałat 20 g Pomidor 80 g)		Jarzynowa z makaronem dieta () 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> , 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 Sałata zielona 20 g)	Banan 1szt. 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 058,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 75,2 Tłuszcz [g] 58,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29 Węglowodany ogółem [g] 322,3 w tym cukry [g] 69,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,3 Sól [g] 5,8
	KRK- JPil Cukrzycowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT, GLU JEĆZ</u> , Chleb Graham 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> , Mix sałat 20 g Pomidor 80 g)	Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 40g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</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 b/c () 100 g (<u>MLE, SOJ</u> ,) Kompot owocowy* b/c 250 ml Sałatka 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 Sałata zielona 20 g)	Kanapka z szynką i sałata (chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ,)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 915 Białko ogółem wg 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 (MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ,) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g	Kanapka z szynką i pomidorem (chleb pszenno-żytni 40g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT,)	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Pulpet drobiowy 60 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pietruszkowy. () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Marchew oprószana z olejem () 100 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy* b/c 250 ml Kalańfort gotowany* 100 g	Kefir 2% tł 200 ml (MLE,)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB,) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kanapka z szynką i sałatą (chleb pszenno-żytni 60g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT,)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 993,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 79,5 Tłuszcz [g] 47,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,8 Węglowodany ogółem [g] 326,4 w tym cukry [g] 31 Błonnik pokarmowy [g] 30,2 Sól [g] 9,7
	KRK- JPII Niskotłuszczowa	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ,) Bułka pszenna długa krojona 140 g (GLU PSZ,) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ,) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g		Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Pulpet drobiowy 60 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pietruszkowy. () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Marchew oprószana z olejem () 100 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy* b/c 250 ml Kalańfort gotowany* 100 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB,) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Banan 1szt. 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 033,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 80,4 Tłuszcz [g] 38,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10 Węglowodany ogółem [g] 356,7 w tym cukry [g] 69,9 Błonnik pokarmowy [g] 28,4 Sól [g] 6,4
	KRK- JPII Kardiologiczna dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 2 szt Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ,) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,)		Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Pulpet drobiowy 60 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pietruszkowy. () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Surówka z marchwi i chrzanu z olejem () 100 g (MLE, SOJ,) Kompot owocowy* b/c 250 ml Sałatka szwedzka b/c () 100 g (GOR,)		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 2 szt Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB,) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Banan 1szt. 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 096 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 73,6 Tłuszcz [g] 48,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,1 Węglowodany ogółem [g] 357,3 w tym cukry [g] 69,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,5 Sól [g] 9,5

KRK- JPII Dziecięca 10-18 lat	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ</u> , <u>_</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u> , <u>_</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u> , <u>_</u>) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>_</u>)	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u> , <u>_</u>)	Jarzynowa z makaronem dieta () 250 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Pulpet drobiowy 60 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>_</u>) Sos pietruszkowy. () 100 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>) Surówka z marchwi i chrzanu z olejem () 100 g (<u>MLE</u> , <u>SOJ</u> , <u>_</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Sałatka szwedzka b/c () 100 g (<u>GOR</u> , <u>_</u>)	Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (<u>MLE</u> , <u>_</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> , <u>_</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Banan 1szt. 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 173,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 82,5 Tłuszcz [g] 61,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9 Węglowodany ogółem [g] 337,5 w tym cukry [g] 86,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,3 Sól [g] 9,3
KRK- JPII Płynna	Sonda Śn 800 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u>)		Sonda Ob () 800 ml (<u>SEL</u> , <u>_</u>)		Sonda Kol () 800 ml (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 114,6 Białko ogółemwg 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- JPII Papkowata	Papka Śn 800 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u>)		Papka Ob () 800 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>)		Papka Kol () 800 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 097,5 Białko ogółemwg 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- JPII Biegunkowa	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>_</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</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> , <u>_</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>_</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

2023-11-01 środa	KRK- JPII Pobiegunkowa	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.)	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Ziemniaki puree () 200 g (MLE.) Marchew gotowana z olejem () 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Połudwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (SOJ, MLE.)	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 707,9 Białko ogółem wg 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- JPII Dziecięca 1-3 lat	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Kawa z mlekiem/p b/c 150 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Mix sałat 10 g Pomidor b/skórki 20 g	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE.)	Jarzynowa z makaronem dieta () 150 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 100 g Pulpet drobiowy 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy. () 30 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew oprószana z olejem () 50 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* b/c 150 ml Kalafor gotowany* 50 g	Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (MLE.)	Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Pomidor b/skórki 20 g Sałata zielona 10 g	Banan 1szt. 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 388,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 54,5 Tłuszcz [g] 45,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,7 Węglowodany ogółem [g] 197,5 w tym cukry [g] 74,5 Błonnik pokarmowy [g] 14,1 Sól [g] 3,9
	KRK- JPII Dziecięca 4-9 lat	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Kawa z mlekiem/p b/c 180 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE.)	Jarzynowa z makaronem dieta () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Pulpet drobiowy 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy. () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew oprószana z olejem () 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* b/c 180 ml Sałatka szwedzka b/c () 100 g (GOR.)	Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (MLE.)	Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Banan 1szt. 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 991,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 76,7 Tłuszcz [g] 59,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7 Węglowodany ogółem [g] 299,2 w tym cukry [g] 84,2 Błonnik pokarmowy [g] 24,4 Sól [g] 8,3
	KRK- JPII Wegetariańska	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z fasoli 80 g Mix sałat 20 g Pomidor 80 g Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.)		Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Sos pietruszkowy. () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z marchwi i chrzanu z olejem () 100 g (MLE, SO2.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Sałatka szwedzka b/c () 100 g (GOR.)		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.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 20 g	Banan 1szt. 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 093,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 77,7 Tłuszcz [g] 49,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,1 Węglowodany ogółem [g] 353 w tym cukry [g] 66,6 Błonnik pokarmowy [g] 36,5 Sól [g] 7,2

2023-11-02 czwartek	KRK- JPII Podstawowa	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> , Kawa z mlekiem/p b/c 250g (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ</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 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</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU ŻYT</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> , Fasolka po bretońsku 350 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>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</u> , <u>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</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , Sałata zielona 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u> ,)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 272 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 81,3 Tłuszcz [g] 76,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7 Węglowodany ogółem [g] 330,9 w tym cukry [g] 29,4 Błonnik pokarmowy [g] 36,4 Sól [g] 12,5
	KRK- JPII Podstawowa bez surowizny	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> , Kawa z mlekiem/p b/c 250g (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ</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 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</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU ŻYT</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> , Fasolka po bretońsku 350 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>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</u> , <u>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</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u> ,)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 216,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 75,6 Tłuszcz [g] 75,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7 Węglowodany ogółem [g] 322,5 w tym cukry [g] 25,7 Błonnik pokarmowy [g] 34,1 Sól [g] 11,9
	KRK- JPII Łatwo strawna	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> , Kawa z mlekiem/p b/c 250g (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ</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	Ziemiaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL</u> , <u>GLU JECZ</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</u> , <u>SEL</u> , Sałata zielona 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u> ,)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 118,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 85 Tłuszcz [g] 72,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7 Węglowodany ogółem [g] 293,6 w tym cukry [g] 29,3 Błonnik pokarmowy [g] 25,5 Sól [g] 6,6

2023-11-02 czwartek	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 sałata (chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 125 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 90 Tłuszcz [g] 58,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,5 Węglowodany ogółem [g] 330 w tym cukry [g] 39,4 Błonnik pokarmowy [g] 41,8 Sól [g] 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>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 194,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 82,6 Tłuszcz [g] 57,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,8 Węglowodany ogółem [g] 353 w tym cukry [g] 36,1 Błonnik pokarmowy [g] 34,2 Sól [g] 8,2
	KRK- JPII Niskotłuszczowa	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</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	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 065,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 89,2 Tłuszcz [g] 52,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,6 Węglowodany ogółem [g] 322,1 w tym cukry [g] 29,6 Błonnik pokarmowy [g] 26,3 Sól [g] 7,1

<p>KRK- JP II Kardiologiczna dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych</p>	<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>, Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE</u>, <u>GLU ŻYT</u>, <u>GLU JĘCZ</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 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</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL</u>, <u>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</u>, <u>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</u>, <u>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>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 139,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 84,9 Tłuszcz [g] 64,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,4 Węglowodany ogółem [g] 319,4 w tym cukry [g] 29,3 Błonnik pokarmowy [g] 31 Sól [g] 8,4</p>
<p>KRK- JP II Dziecięca 10-18 lat</p>	<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>, Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE</u>, <u>GLU ŻYT</u>, <u>GLU JĘCZ</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 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</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>GLU ŻYT</u>,) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 250 g (<u>SEL</u>, <u>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</u>, <u>JAJ</u>, <u>SOJ</u>,)</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u>, <u>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</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>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>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 102,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 72,8 Tłuszcz [g] 73,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6 Węglowodany ogółem [g] 297,2 w tym cukry [g] 33 Błonnik pokarmowy [g] 27,7 Sól [g] 7,8</p>
<p>KRK- JP II Płynna</p>	<p>Sonda Śn 800 ml (<u>GLU PSZ</u>, <u>JAJ</u>, <u>MLE</u>,)</p>		<p>Sonda Ob () 800 ml (<u>SEL</u>,)</p>		<p>Sonda Kol () 800 ml (<u>JAJ</u>, <u>SEL</u>,)</p>	<p>Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 114,6 Białko ogółemwg 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</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 ogółemwg 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 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 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 ogółemwg 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	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 150 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</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 JECZ,</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] 1 249,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 47,5 Tłuszcz [g] 43,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,2 Węglowodany ogółem [g] 172,1 w tym cukry [g] 22,2 Błonnik pokarmowy [g] 14,9 Sól [g] 2,9

2023-11-02 czwartek	KRK- JPII Dziecięca 4-9 lat	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 180 g (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ</u> , <u>_</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>_</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u> , <u>_</u>)	Ziemniaczana () 250 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 250 g (<u>SEL</u> , <u>GLU JĘCZ</u> , <u>_</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>_</u>) Kompot owocowy* b/c 180 ml Cukinia pieczona z olejem * 150 g	Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>_</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>_</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ</u> , <u>_</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>) Sałata zielona 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>_</u>)	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 792,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 71,5 Tłuszcz [g] 53,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19 Węglowodany ogółem [g] 265,1 w tym cukry [g] 30,1 Błonnik pokarmowy [g] 23,5 Sól [g] 5,7
	KRK- JPII Wegetariańska	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ</u> , <u>_</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>_</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Ser topiony 50 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>_</u>)	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>_</u>) Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* 350 g (<u>SEL</u> , <u>GLU JĘCZ</u> , <u>_</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>_</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g			Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>_</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Sałatka jarzynowa () 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>_</u>) Sałata zielona 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>_</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 198,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 74,2 Tłuszcz [g] 84,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,8 Węglowodany ogółem [g] 300,5 w tym cukry [g] 37,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,8 Sól [g] 8,9
2023-11-03 piątek	KRK- JPII Podstawowa	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ</u> , <u>_</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>_</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Dżem 25 g 1 szt Miód (25g) 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Twarożek 40 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>_</u>)		Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Ryba smażona (Dorsz) 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>_</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</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>)		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>_</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g (<u>JAJ</u> , <u>GOR</u> , <u>_</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>_</u>)	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- JPII Podstawowa bez surowizny	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ</u> , <u>_</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>_</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Dżem 25 g 1 szt Miód (25g) 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>_</u>)		Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>) Ziemniaki () 200 g Ryba smażona (Dorsz) 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>_</u>) Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>_</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Pasta z jaj 80 g (<u>JAJ</u> , <u>GOR</u> , <u>_</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>)	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>_</u>)	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- JPil 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 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 357,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 81,4 Tłuszcz [g] 71 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,6 Węglowodany ogółem [g] 361,3 w tym cukry [g] 60,8 Błonnik pokarmowy [g] 25,7 Sól [g] 5,1	
KRK- JPil 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>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 985,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,2 Tłuszcz [g] 55,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,7 Węglowodany ogółem [g] 294,7 w tym cukry [g] 37 Błonnik pokarmowy [g] 35,4 Sól [g] 5,9
KRK- JPil Cukrzyca niskoti. z ogr. łatw. wegl. 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>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 095,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,1 Tłuszcz [g] 57,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,1 Węglowodany ogółem [g] 312,2 w tym cukry [g] 31,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,6 Sól [g] 7,4

2023-11-03 piątek	KRRK- JPil 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 JEĆZ,</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>) 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] 2 402,8 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
	KRRK- JPil 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 JEĆZ,</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>) 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 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>) Sałata 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
	KRRK- JPil 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 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>)	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>) 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>)	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>) 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] 2 440,8 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- JPII 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- JPII 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- JPII 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- JPII 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- JP1I Podstawowa bez surowizny	<p>Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU JECZ.) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasztet z soczewicy () 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Ketchup 10 g (SEL.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.)</p>		<p>Koperkowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Bigos 350 g (GLU PSZ, SEL, GOR.) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane, wędz.parz w osłonce niejadalnej) 70 g (SOJ.) Ketchup 10 g (SEL.)</p>	<p>Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 395,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 78,5 Tłuszcz [g] 87,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,7 Węglowodany ogółem [g] 334,1 w tym cukry [g] 47,4 Błonnik pokarmowy [g] 34,2 Sól [g] 11,1</p>
	KRK- JP1I Łatwo strawna	<p>Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU JECZ.) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Szyunka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (SOJ.) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g</p>		<p>Koperkowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Gulasz wieprzowy-dieta 150 g (GLU PSZ.) 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 (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g</p>	<p>Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 172 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 89,4 Tłuszcz [g] 69,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,7 Węglowodany ogółem [g] 309,2 w tym cukry [g] 45 Błonnik pokarmowy [g] 26,8 Sól [g] 7,4</p>
	KRK- JP1I Cukrzycowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasztet z soczewicy () 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony 80 g Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sałata zielona 20 g</p>	<p>Kanapka z twarogiem i sałatą (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)</p>	<p>Koperkowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Gulasz wieprzowy-dieta 150 g (GLU PSZ.) 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 (GLU PSZ.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) 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 (GLU PSZ, SOJ, MLE.)</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 201,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,9 Tłuszcz [g] 64,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,8 Węglowodany ogółem [g] 329,4 w tym cukry [g] 41,5 Błonnik pokarmowy [g] 42,6 Sól [g] 9,1</p>

2023-11-04 sobota

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

2023-11-04 sobota

KRK- JPII Dziecięca 10-18 lat	Platki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU JĘCZ.) 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.) Paszтет z soczewicy () 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.)	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Koperkowa z ryżem () 250 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Gulasz wieprzowy-dieta 150 g (GLU PSZ.) 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 (MLE.)	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.) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane, wędz.parz w osłonce niejadalnej) 70 g (SOJ.) Ketchup 10 g (SEL.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 415,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 91 Tłuszcz [g] 80,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9 Węglowodany ogółem [g] 342,7 w tym cukry [g] 54,7 Błonnik pokarmowy [g] 32,8 Sól [g] 9,4
KRK- JPII Płynna	Sonda Śn 800 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.)		Sonda Ob () 800 ml (SEL.)		Sonda Kol () 800 ml (JAJ, SEL.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 114,6 Białko ogółemwg 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- JPII Paptkowata	Papka Śn 800 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.)		Papka Ob () 800 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)		Papka Kol () 800 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)	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- JPII Biegunkowa	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 150 g Jabłka prażone b/c 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) 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

2023-11-04 sobota	KRK- JPil Pobiegunkowa	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.)	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki puree () 200 g (MLE.) 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 (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.)	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [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 (MLE, GLU JEJCZ.) Kawa z mlekiem/p b/c 150 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 25 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 20 g Sałata zielona 10 g	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Koperkowa z ryżem () 150 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 100 g Gulasz wieprzowy-dieta 150 g (GLU PSZ.) 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 (MLE.)	Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane, wędz.parz w osłonce niejadalnej) 70 g (SOJ.) Ketchup 10 g (SEL.) Pomidor b/skórki 20 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [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 (MLE, GLU JEJCZ.) Kawa z mlekiem/p b/c 180 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (SOJ.) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Koperkowa z ryżem () 250 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Gulasz wieprzowy-dieta 150 g (GLU PSZ.) 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 (MLE.)	Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane, wędz.parz w osłonce niejadalnej) 70 g (SOJ.) Ketchup 10 g (SEL.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [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 (MLE, GLU JECZ.) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет z soczewicy () 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.)</p>	<p>Koperkowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemiaki z koperkiem () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka () 150 g (MLE.) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek po grecku 80 g (MLE.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g</p>	<p>Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 185 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 77,7 Tłuszcz [g] 57,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,9 Węglowodany ogółem [g] 356,3 w tym cukry [g] 56,2 Błonnik pokarmowy [g] 40,8 Sól [g] 8,5</p>
	KRK- JPII Podstawowa	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Salata zielona 20 g Jablko 1 szt 1 szt Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.)</p>	<p>Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Salami kielbasa wieprzowo-wołowa drobno rozdrobniona surowo wędzona, dojrzewająca, wędzona. 50 g (SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 625,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 133,8 Tłuszcz [g] 104,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,7 Węglowodany ogółem [g] 299,9 w tym cukry [g] 42,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,7 Sól [g] 8,5</p>
2023-11-05 niedziela	KRK- JPII Podstawowa bez surowizny	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Jablko pieczone 1szt. 1 szt Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.)</p>	<p>Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemiaki () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Salami kielbasa wieprzowo-wołowa drobno rozdrobniona surowo wędzona, dojrzewająca, wędzona. 50 g (SOJ, SEL, GOR.) Ketchup 10 g (SEL.)</p>	<p>Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 624 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 132,8 Tłuszcz [g] 103,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,9 Węglowodany ogółem [g] 302,4 w tym cukry [g] 45,2 Błonnik pokarmowy [g] 31,1 Sól [g] 9,2</p>
	KRK- JPII Łatwo strawna	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (MLE.) Jablko pieczone 1szt. 1 szt Salata zielona 20 g</p>	<p>Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemiaki z koperkiem () 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) 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 (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 653,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 130 Tłuszcz [g] 100,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,4 Węglowodany ogółem [g] 319,1 w tym cukry [g] 50,9 Błonnik pokarmowy [g] 28,6 Sól [g] 6,4</p>

2023-11-05 niedziela

<p>KRK- JP11 Cukrzycowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</p>	<p>Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Twarożek 80 g (MLE,) Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt</p>	<p>Maślanka 150 ml (MLE,)</p>	<p>Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL,) 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</p>	<p>Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 150 ml</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Kanapka z szynką i sałata (chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE,)</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 330,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 130,7 Tłuszcz [g] 81 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,2 Węglowodany ogółem [g] 287 w tym cukry [g] 46,2 Błonnik pokarmowy [g] 33,8 Sól [g] 7,7</p>
<p>KRK- JP11 Cukrzyca niskotti. z ogr. łatw. węgl. niskotti.</p>	<p>Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Twarożek 80 g (MLE,) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 20 g</p>	<p>Maślanka 150 ml (MLE,)</p>	<p>Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL,) Kompot owocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g</p>	<p>Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 150 ml</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ,) 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 (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT,)</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 444,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 124,3 Tłuszcz [g] 82,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,3 Węglowodany ogółem [g] 316,4 w tym cukry [g] 49,6 Błonnik pokarmowy [g] 30,5 Sól [g] 9,2</p>
<p>KRK- JP11 Niskotłuszczowa</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE,) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,) Bułka pszenna długa krojona 140 g (GLU PSZ,) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 80 g (MLE,) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 20 g</p>		<p>Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL,) Kompot owocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g</p>		<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 628,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 135,1 Tłuszcz [g] 80,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,3 Węglowodany ogółem [g] 353,6 w tym cukry [g] 51,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,7 Sól [g] 7</p>

KWK- JPII Kardiologiczna 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</u> <u>ŻYT</u> , <u>GLU</u> <u>JĘCZ</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</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 Salata zielona 20 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,)	Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU</u> <u>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</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u> ,) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 2 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u> ,) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 688 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 128,7 Tłuszcz [g] 92,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,3 Węglowodany ogółem [g] 346,5 w tym cukry [g] 44,2 Błonnik pokarmowy [g] 31,7 Sól [g] 8,4		
KWK- 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</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> ,) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u> ,) Salata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Chleb Graham 30 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,)	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt(<u>MLE</u> ,)	Rosół z makaronem () 250 ml (<u>GLU</u> <u>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</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u> ,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u> ,) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Sok wieloowocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 559,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 121,8 Tłuszcz [g] 95,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,6 Węglowodany ogółem [g] 317,1 w tym cukry [g] 50,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,8 Sól [g] 8
KWK- 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	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 114,6 Białko ogółemwg 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		

2023-11-05 niedziela

2023-11-05 niedziela

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 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- 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 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- JPil Dziecięca 1-3 lat	Kasza kukurydziana na mleku 150 ml (<u>MLE,</u>) Kawa z makiem/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 brzoskwiowym 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>) Pomidor b/skórki 20 g Salata zielona 10 g	Sok wieloowocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 689,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 86,7 Tłuszcz [g] 70,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,5 Węglowodany ogółem [g] 184,1 w tym cukry [g] 43,7 Błonnik pokarmowy [g] 15,4 Sól [g] 3,5

2023-11-05 niedziela	KRK- JPII Dziecięca 4-9 lat	Kasza kukurydziana na mleku 150 ml (MLE , GLU) Kawa z mlekiem/p b/c 180 g (MLE , GLU , ZYT , GLU , JECZ , Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU , PSZ , GLU , ZYT , Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE , Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 80 g (MLE , Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 20 g	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE , PSZ , SEL , Rosół z makaronem () 250 ml (GLU , PSZ , SEL , Ziemniaki z koperkiem () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL , 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 (GLU , PSZ , GLU , ZYT , Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE , Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadanej 50 g (SOJ , Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Sok wieloowocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 262 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 107,5 Tłuszcz [g] 82,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,7 Węglowodany ogółem [g] 285,7 w tym cukry [g] 52,3 Błonnik pokarmowy [g] 26,3 Sól [g] 6,4
	KRK- JPII Vegetariańska	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE , GLU) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE , GLU , ZYT , GLU , JECZ , Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU , PSZ , GLU , ZYT , Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE , Ser żółty 50 g (MLE , Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Chleb Graham 30 g (GLU , PSZ , JAJ , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g	Grycikowa () 400 ml (GLU , PSZ , SEL , Ziemniaki z koperkiem () 200 g Kotlet z jaj 100 g (GLU , PSZ , JAJ , 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 (GLU , PSZ , GLU , ZYT , Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE , Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g Sałata zielona 20 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 430,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 92 Tłuszcz [g] 80,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32 Węglowodany ogółem [g] 347,1 w tym cukry [g] 42,9 Błonnik pokarmowy [g] 34,5 Sól [g] 8,6	

<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,