

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II ŚN	Obiad	PD	Kolacja	PN	SUMA
2023-12-04 poniedziałek	KRK- JPil Podstawowa	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Chleb Graham 30 g (GLU PSZ)		Grochowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () z/c 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Kompot owocowy* b/c 250 ml		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 Pasta z twarogu i cebuli 80 g (MLE) Mix салат 20 g Pomidor 80 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 005,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 83,6 Tłuszcz [g] 42,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,1 Węglowodany ogółem [g] 333 w tym cukry [g] 37,1 Błonnik pokarmowy [g] 34,5 Sól [g] 7,7
	KRK- JPil Podstawowa bez surowizny	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Ketchup 10 g (SEL) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ)		Grochowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () z/c 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Kompot owocowy* b/c 250 ml		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 Pasta z twarogu 80 g (MLE) Ketchup 10 g (SEL)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 994 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 82,6 Tłuszcz [g] 42,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,3 Węglowodany ogółem [g] 328 w tym cukry [g] 36,3 Błonnik pokarmowy [g] 32,8 Sól [g] 6,7
	KRK- JPil Latwo strawna	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g		Solferino () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Kompot owocowy* b/c 250 ml		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 2 szt Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE) Mix салат 20 g Pomidor 80 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 031,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 79,9 Tłuszcz [g] 49,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,9 Węglowodany ogółem [g] 325,7 w tym cukry [g] 44,1 Błonnik pokarmowy [g] 20,7 Sól [g] 4,8
	KRK- JPil Cukrzykowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g	Kanapka z twarożkiem i sałatą (chleb razowy 60g, margaryna 5g, salata 5g, twarożek 25g) 1 szt (GLU PSZ, MLE)	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () b/c 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Sok pomidorowy 200 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z twarogu i cebuli 80 g (MLE) Mix салат 20 g Pomidor 80 g	Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ, SÓJ, MLE)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 043,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 90,2 Tłuszcz [g] 48,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,7 Węglowodany ogółem [g] 329,3 w tym cukry [g] 22,9 Błonnik pokarmowy [g] 43,9 Sól [g] 9,3

2023-12-04 poniedziałek	KRK- JPII Cukrzyca niskotł. z ogr. wegl. 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 Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kanapka z twarożkiem i salata (chleb pszenno-żytni 60g, margaryna 5g, salata 5g, twarożek 25g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</u>)	Solferino () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryz na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	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 Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Mix salat 20 g Pomidor 80 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] 2 002,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 75,1 Tłuszcz [g] 39,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,2 Węglowodany ogółem [g] 348,7 w tym cukry [g] 26,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,4 Sól [g] 9,2
	KRK- JPII Nisko-tłuszczowa	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 140 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g		Solferino () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryz na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>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 Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Mix salat 20 g Pomidor 80 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 088,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 85,1 Tłuszcz [g] 38,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,4 Węglowodany ogółem [g] 360,3 w tym cukry [g] 44,7 Błonnik pokarmowy [g] 21,8 Sól [g] 5,3
	KRK- JPII Kardiologiczna dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>)		Solferino () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryz na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () z/c 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml		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 twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Mix salat 20 g Pomidor 80 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 158,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 79,5 Tłuszcz [g] 51 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,5 Węglowodany ogółem [g] 353,7 w tym cukry [g] 39,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,2 Sól [g] 8,4
	KRK- JPII Dziecięca 10-18 lat	Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Mandarynka 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Racuchy z twarogiem 250 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>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 Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Mix salat 20 g Pomidor 80 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 328,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93 Tłuszcz [g] 73,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,9 Węglowodany ogółem [g] 335 w tym cukry [g] 66,2 Błonnik pokarmowy [g] 26,1 Sól [g] 8,2

2023-12-04 poniedziałek

KRK- JPil Płynna	Sonda Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, .</u>)		Sonda Ob- solferino JPil () 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] 2 127,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 135,2 Tłuszcz [g] 89,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,7 Węglowodany ogółem [g] 209,7 w tym cukry [g] 64,1 Błonnik pokarmowy [g] 33,4 Sól [g] 3,6
KRK- JPil Papkowata	Papka Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, .</u>)		Papka Ob- solferino JPil () 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] 2 146,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 130,4 Tłuszcz [g] 84,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,8 Węglowodany ogółem [g] 226,7 w tym cukry [g] 58,1 Błonnik pokarmowy [g] 27,6 Sól [g] 3,2
KRK- JPil Biegunkowa	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, .</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL, .</u>) Ryż na sypko 150 g Jabłka prażone b/c 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, .</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, .</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 374 Białko 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- 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 Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g	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 tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>SOJ, GOR, .</u>)	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 756,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 80,7 Tłuszcz [g] 37,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7 Węglowodany ogółem [g] 283,9 w tym cukry [g] 17,6 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 Sól [g] 6,9
KRK- JPil Dziecięca 1-3 lat	Płatki owsiane na mleku 150 ml (<u>MLE, GLU QW, .</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 150 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, .</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, .</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor b/skórki 20 g Salata zielona 15 g	Mandarynka 1 szt	Solferino () 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, .</u>) Ryż na sypko 100 g Mus z jabłek () z/c 100 g Sos jogurtowy naturalny 50 g (<u>MLE, .</u>) Kompot owocowy* b/c 150 ml	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE, .</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, .</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Ser żółty 25 g (<u>MLE, .</u>) Mix sałat 15 g Pomidor b/skórki 20 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 119,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 38,1 Tłuszcz [g] 31,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,2 Węglowodany ogółem [g] 175,5 w tym cukry [g] 41 Błonnik pokarmowy [g] 13,5 Sól [g] 3

2023-12-04 poniedziałek	KRK- JPII Dziecięca 4-9 lat	Płatki owsiane na mleku 150 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 180 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Salata zielona 20 g	Mandarynka 1 szt	Solferino () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* b/c 180 ml	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 752,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 65,4 Tłuszcz [g] 47,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,7 Węglowodany ogółem [g] 275,7 w tym cukry [g] 49 Błonnik pokarmowy [g] 20,1 Sól [g] 5,9
	KRK- JPII Wegetariańska	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>)		Grochowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () z/c 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>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>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z twarogu i cebuli 80 g (<u>MLE.</u>) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 089,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 83,9 Tłuszcz [g] 51,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,1 Węglowodany ogółem [g] 333,1 w tym cukry [g] 36,6 Błonnik pokarmowy [g] 34,5 Sól [g] 6,8
2023-12-05 wtorek	KRK- JPII Podstawowa	Makaron drobny na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>)		Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza gryczana 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem () 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Marchew oprószana z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)		Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z makreli wędzonej* z warzywami () 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Salata zielona 20 g Bulka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 432,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105,1 Tłuszcz [g] 62,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,7 Węglowodany ogółem [g] 354,5 w tym cukry [g] 40,5 Błonnik pokarmowy [g] 34,6 Sól [g] 10,2
	KRK- JPII Podstawowa bez surowizyny	Makaron drobny na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>)		Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza gryczana 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew oprószana z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem* 100 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z makreli wędzonej* z warzywami () 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Bulka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 413,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102,7 Tłuszcz [g] 65,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,1 Węglowodany ogółem [g] 339,8 w tym cukry [g] 36,8 Błonnik pokarmowy [g] 29,7 Sól [g] 9,4
	KRK- JPII Łatwo strawna	Makaron drobny na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 2 szt Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g		Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew oprószana z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem* 100 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 2 szt Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami () 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Bulka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 371,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,2 Tłuszcz [g] 69 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16 Węglowodany ogółem [g] 350,7 w tym cukry [g] 39,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,6 Sól [g] 7

<p>KRK- JPII Cukrzyca z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</p>	<p>Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (SOJ. GOR.) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g</p>	<p>Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)</p>	<p>Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza gryczana 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem () 100 g (MLE.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Marchew oprószana z olejem () 100 g (GLU PSZ.)</p>	<p>Kefir 2% tł 200 ml (MLE.)</p>	<p>Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z makreli wędzonej* z warzywami () 80 g (RYB, SEL.) Salata zielona 20 g</p>	<p>Kanapka z twarogiem i salata (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twarozek 25g, salata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 309,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,4 Tłuszcz [g] 63,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,2 Węglowodany ogółem [g] 322,7 w tym cukry [g] 34,9 Błonnik pokarmowy [g] 40,4 Sól [g] 10</p>
<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 tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (SOJ. GOR.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g</p>	<p>Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)</p>	<p>Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew oprószana z olejem () 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem * 100 g</p>	<p>Kefir 2% tł 200 ml (MLE.)</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 Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami () 80 g (RYB, SEL.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Kanapka z twarogiem i salata (chleb pszenno-żytni 60g, margaryna 5g, twarozek 25g, salata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.)</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 156,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 90,3 Tłuszcz [g] 55,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,7 Węglowodany ogółem [g] 335,4 w tym cukry [g] 30,7 Błonnik pokarmowy [g] 30,6 Sól [g] 8,4</p>
<p>KRK- JPII Niskotłuszczowa</p>	<p>Makaron drobny na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) 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 tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (SOJ. GOR.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g</p>	<p>Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew oprószana z olejem () 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem * 100 g</p>	<p>Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew oprószana z olejem () 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem * 100 g</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami () 80 g (RYB, SEL.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)</p>	<p>Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)</p>	<p>Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 401,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,6 Tłuszcz [g] 57,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,5 Węglowodany ogółem [g] 379,5 w tym cukry [g] 40,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,5 Sól [g] 7,4</p>
<p>KRK- JPII Kardiologiczna dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych</p>	<p>Makaron drobny na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) 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 Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (SOJ. GOR.) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.)</p>	<p>Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza gryczana 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem () 100 g (MLE.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Marchew oprószana z olejem () 100 g (GLU PSZ.)</p>	<p>Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza gryczana 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem () 100 g (MLE.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Marchew oprószana z olejem () 100 g (GLU PSZ.)</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 2 szt Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami () 80 g (RYB, SEL.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)</p>	<p>Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)</p>	<p>Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 506,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,4 Tłuszcz [g] 68,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,9 Węglowodany ogółem [g] 385,4 w tym cukry [g] 43 Błonnik pokarmowy [g] 37,3 Sól [g] 8,4</p>

2023-12-05 wtorek

KRK- JPII Dziecięca 10-18 lat	Makaron drobny na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza gryczana 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos zielony () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Marchew oprószana z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Galaretka o smaku pomarańczowym 150 g	Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami () 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Salata zielona 20 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 275,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94,6 Tłuszcz [g] 56,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12 Węglowodany ogółem [g] 361,3 w tym cukry [g] 47 Błonnik pokarmowy [g] 35,7 Sól [g] 8,5
KRK- JPII Płynna	Sonda Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)		Sonda Ob-wielowarzywna z ziemniakami JPII () 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] 2 134 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 136,3 Tłuszcz [g] 89,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,7 Węglowodany ogółem [g] 210,6 w tym cukry [g] 63,7 Błonnik pokarmowy [g] 34,6 Sól [g] 3,6
KRK- JPII Papkowata	Papka Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)		Papka Ob-wielowarzywna z ziemniakami JPII () 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] 2 150,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 131 Tłuszcz [g] 84,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,8 Węglowodany ogółem [g] 227,3 w tym cukry [g] 57,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,3 Sól [g] 3,2
KRK- JPII Biegunkowa	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 150 g Jabłka prażone b/c 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 374 Białko 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- JPII 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 tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>SOJ, GOR.</u>)	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki puree () 200 g (<u>MLE.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Marchew gotowana z olejem () 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 60 g (<u>SOJ.</u>)	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 770,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 82,3 Tłuszcz [g] 37,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,1 Węglowodany ogółem [g] 284,2 w tym cukry [g] 17,6 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 Sól [g] 5,4

2023-12-05 wtorek	KRK- JPII Dziecięca 1-3 lat	Makaron drobny na mleku 150 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 150 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Salata zielona 15 g Pomidor b/skórki 20 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 100 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy () 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew oprószana z olejem () 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 150 ml Cukinia pieczona z olejem * 50 g	Galaretka o smaku pomarańczowym 150 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami () 40 g (<u>RYB, SEL.</u>) Pomidor b/skórki 20 g Salata zielona 15 g	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 349,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 55,7 Tłuszcz [g] 38,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9 Węglowodany ogółem [g] 200,3 w tym cukry [g] 30 Błonnik pokarmowy [g] 15,6 Sól [g] 3,4
	KRK- JPII Dziecięca 4-9 lat	Makaron drobny na mleku 150 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew oprószana z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 180 ml Cukinia pieczona z olejem * 100 g	Galaretka o smaku pomarańczowym 150 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami () 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Bułka pszenna 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 972,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 78,8 Tłuszcz [g] 51,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,4 Węglowodany ogółem [g] 308,9 w tym cukry [g] 40,7 Błonnik pokarmowy [g] 27,3 Sól [g] 6,5
	KRK- JPII Wegetariańska	Makaron drobny na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Hummus zielony z ciecierzycy 80 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>)		Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Krokiety ziemniaczane () 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem () 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Marchew oprószana z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 439,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 88 Tłuszcz [g] 62,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17 Węglowodany ogółem [g] 395,1 w tym cukry [g] 48,9 Błonnik pokarmowy [g] 35,7 Sól [g] 7,4
2023-12-06 środa	KRK- JPII Podstawowa	Ryż na mleku 400 ml (<u>MLE.</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Serek homo o smaku wanilinowym 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>)		Krem z selera () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Kotlet drobiowy panierowany z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Salatka z kapusty czerwonej 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>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Paszтет drobiowy z kurnej półki 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Banan 1szt. 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 449,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,7 Tłuszcz [g] 64,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,9 Węglowodany ogółem [g] 388,4 w tym cukry [g] 92,3 Błonnik pokarmowy [g] 40,3 Sól [g] 5,3
	KRK- JPII Podstawowa bez surowizny	Ryż na mleku 400 ml (<u>MLE.</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Serek homo o smaku wanilinowym 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>)		Krem z selera () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Kotlet drobiowy panierowany z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Dyńia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Paszтет drobiowy z kurnej półki 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 297,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,1 Tłuszcz [g] 60,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,9 Węglowodany ogółem [g] 351,3 w tym cukry [g] 52 Błonnik pokarmowy [g] 38,2 Sól [g] 5,5

<p>KRK- JPII Łatwa strawna</p>	<p>Ryż na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 2 szt Serek homo o smaku wanilinowym 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p>	<p>Krem z selera () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Sos bazyliowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Dyńia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Kalafor gotowany* 100 g</p>		<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 2 szt Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)</p>	<p>Banan 1szt. 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 360,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102,1 Tłuszcz [g] 56,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15 Węglowodany ogółem [g] 376,7 w tym cukry [g] 93,4 Błonnik pokarmowy [g] 33,6 Sól [g] 6,3</p>	
<p>KRK- JPII Cukrzyca z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</p>	<p>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 Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Jabiko 1 szt 1 szt</p>	<p>Kanapka z jajkiem i salata (chleb razowy 60g, margaryna 5g, jajko 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)</p>	<p>Krem z selera () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Sos bazyliowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Salatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g</p>	<p>jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 110,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107,7 Tłuszcz [g] 52 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,3 Węglowodany ogółem [g] 327,1 w tym cukry [g] 38,5 Błonnik pokarmowy [g] 44,8 Sól [g] 8,3</p>
<p>KRK- JPII Cukrzyca niskodi. z ogr. łatw. wegl. niskodi.</p>	<p>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 Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Jabiko pieczone 1szt. 1 szt</p>	<p>Kanapka z szynką i salata (chleb pszenno-żytni 40g, margaryna 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT</u>)</p>	<p>Krem z selera () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Sos bazyliowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Dyńia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Kalafor gotowany* 100 g</p>	<p>jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>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>)</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 145,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,7 Tłuszcz [g] 49,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,7 Węglowodany ogółem [g] 344,7 w tym cukry [g] 37,1 Błonnik pokarmowy [g] 35,8 Sól [g] 9,8</p>
<p>KRK- JPII Niskotłuszczowa</p>	<p>Ryż na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ</u>) Bułka pszenna długa krojona 140 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Serek homo o smaku wanilinowym 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p>	<p>Krem z selera () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Sos bazyliowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Dyńia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Kalafor gotowany* 100 g</p>		<p>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 Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)</p>	<p>Banan 1szt. 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 390,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106,5 Tłuszcz [g] 45,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,5 Węglowodany ogółem [g] 405,6 w tym cukry [g] 94 Błonnik pokarmowy [g] 34,6 Sól [g] 6,8</p>	

2023-12-06 środa

KRK- JPil Kardio logiczne dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Ryż na mleku 400 ml (MLE,_) 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 Serek homo o smaku wanilinowym 80 g (MLE,_) Jabłko 1 szt 1 szt Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,_)		Krem z selera () 400 ml (MLE, SEL,_) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Sos bazylkowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL,_) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Salatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 2 szt Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ,_) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,_)	Banan 1szt. 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 438,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102,8 Tłuszcz [g] 55,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,1 Węglowodany ogółem [g] 402,5 w tym cukry [g] 93,4 Błonnik pokarmowy [g] 41,5 Sól [g] 7,8
KRK- JPil Dziecięca 10-18 lat	Ryż na mleku 250 ml (MLE,_) Kakao/p b/c 250 ml (MLE,_) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Serek homo o smaku wanilinowym 80 g (MLE,_) Jabłko 1 szt 1 szt Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,_)	Niespodzianka 1 szt	Krem z selera () 250 ml (MLE, SEL,_) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Kotlet drobiowy panierowany z udźca 100 g (GLU PSZ, JAJ,_) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Salatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE,_)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ,_) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,_)	Banan 1szt. 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 257,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92,4 Tłuszcz [g] 56,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,2 Węglowodany ogółem [g] 363,1 w tym cukry [g] 95,7 Błonnik pokarmowy [g] 36,5 Sól [g] 6,9
KRK- JPil Płynna	Sonda Śn 800 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,_)		Sonda Ob- grysikowa JPil () 800 ml (GLU PSZ, SEL,_)		Sonda Kol () 800 ml (JAJ, SEL,_)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 174,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 136,8 Tłuszcz [g] 89,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,7 Węglowodany ogółem [g] 218,3 w tym cukry [g] 61,9 Błonnik pokarmowy [g] 32 Sól [g] 3,5
KRK- JPil Papkowata	Papka Śn 800 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,_)		Papka Ob- grysikowa JPil () 800 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,_)		Papka Kol () 800 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,_)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 175 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 131,3 Tłuszcz [g] 85,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,9 Węglowodany ogółem [g] 231,9 w tym cukry [g] 56,8 Błonnik pokarmowy [g] 26,7 Sól [g] 3,2
KRK- JPil 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 sytko 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

2023-12-06 środa	KRK- JPil Pobiegunkowa	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>SOJ. GOR.</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 Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ.</u>)	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 753,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 80,8 Tłuszcz [g] 37,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 6 Węglowodany ogółem [g] 283,4 w tym cukry [g] 17 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 Sól [g] 7
	KRK- JPil Dziecięca 1-3 lat	Ryż na mleku 150 ml (<u>MLE.</u>) Kakaop/b/c 150 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Serek homo o smaku wanilinowym 40 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Niespodzianka 1 szt	Krem z selera () 150 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 100 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Sos bazylkowy () 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Dyńia duszona z olejem* 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 150 ml Kalafor gotowany* 50 g	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 20 g Salata zielona 15 g	Banan 1szt. 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 285,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 58,6 Tłuszcz [g] 32,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 8,9 Węglowodany ogółem [g] 197,2 w tym cukry [g] 77,9 Błonnik pokarmowy [g] 18,8 Sól [g] 3,1
	KRK- JPil Dziecięca 4-9 lat	Ryż na mleku 150 ml (<u>MLE.</u>) Kakaop/b/c 180 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Serek homo o smaku wanilinowym 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Niespodzianka 1 szt	Krem z selera () 250 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 100 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Sos bazylkowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* b/c 180 ml Dyńia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Banan 1szt. 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 758,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 82,9 Tłuszcz [g] 38,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10 Węglowodany ogółem [g] 280,2 w tym cukry [g] 88,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,7 Sól [g] 5,9
	KRK- JPil Wegetariańska	Ryż na mleku 400 ml (<u>MLE.</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Serek homo o smaku wanilinowym 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>)		Krem z selera () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Curry dyniowo-ziemniaczane z ciecierzycą 300 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Salatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Serek śmietankowy naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Banan 1szt. 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 122,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 74,5 Tłuszcz [g] 51,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,5 Węglowodany ogółem [g] 355,2 w tym cukry [g] 102,8 Błonnik pokarmowy [g] 44,7 Sól [g] 5,3
2023-12-07 czwartek	KRK- JPil Podstawowa	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE.</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 60 g Salata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>)		Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatkki 350 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 150 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Paszтет z ciecierzycy () 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 370,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94,9 Tłuszcz [g] 68,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,9 Węglowodany ogółem [g] 354,1 w tym cukry [g] 63 Błonnik pokarmowy [g] 35,2 Sól [g] 9,3

<p>KRK- JP11 Podstawowa bez surowizny</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 60 g Ketchup 10 g (<u>SEL</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>)</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatki 350 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 150 g</p>		<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Paszтет z ciecierzycy () 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)</p>	<p>Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 354,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92,7 Tłuszcz [g] 68,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,8 Węglowodany ogółem [g] 349,5 w tym cukry [g] 62,6 Błonnik pokarmowy [g] 33,5 Sól [g] 8,3</p>
<p>KRK- JP11 Łatwa strawna</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 2 szt Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 60 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos mięsno warzywny (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml</p>		<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 2 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w ost.niejad 60 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)</p>	<p>Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 304,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,6 Tłuszcz [g] 64,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,9 Węglowodany ogółem [g] 343 w tym cukry [g] 61,3 Błonnik pokarmowy [g] 22,7 Sól [g] 8,1</p>
<p>KRK- JP11 Cukrzykowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</p>	<p>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 Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 60 g Salata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g</p>	<p>Kefir 2% tł 200 ml (<u>MLE</u>) Borszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos mięsno warzywny (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml</p>	<p>Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 40g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Paszтет z ciecierzycy () 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g</p>	<p>Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 368,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106,9 Tłuszcz [g] 72,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,1 Węglowodany ogółem [g] 333,7 w tym cukry [g] 32,4 Błonnik pokarmowy [g] 46 Sól [g] 10,3</p>
<p>KRK- JP11 Cukrzycka niskotł. z ogr. łatw. węgl. niskotł.</p>	<p>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 Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 60 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g</p>	<p>Kefir 2% tł 200 ml (<u>MLE</u>) Borszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos mięsno warzywny (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml</p>	<p>Kanapka z szynką i pomidorem (chleb pszenno-żytni 40g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT</u>)</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w ost.niejad 60 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g</p>	<p>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>)</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 291,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,6 Tłuszcz [g] 62,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,8 Węglowodany ogółem [g] 349,2 w tym cukry [g] 30,5 Błonnik pokarmowy [g] 29 Sól [g] 11,8</p>
<p>KRK- JP11 Niskotłuszczowa</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>) Bułka pszenna długa krojona 140 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 60 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g</p>	<p>Borszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos mięsno warzywny (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml</p>		<p>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 Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w ost.niejad 60 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)</p>	<p>Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 333,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102,9 Tłuszcz [g] 52,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,4 Węglowodany ogółem [g] 371,8 w tym cukry [g] 61,9 Błonnik pokarmowy [g] 23,6 Sól [g] 8,4</p>

2023-12-07 czwartek

KRK- JPil Kardio logiczne 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>ZYT</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 Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 60 g Salata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>)		Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Sos mięsno warzywny (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 2 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w ost.niejad 60 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Bułka graham-pszena 50g 1 szt (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>)	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u>) Sok jablkowy 100 % 0,2l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 374,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,9 Tłuszcz [g] 64,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,1 Węglowodany ogółem [g] 358,3 w tym cukry [g] 60,2 Błonnik pokarmowy [g] 32,8 Sól [g] 11,1
KRK- JPil Dziecięca 10-18 lat	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Kakao/p b/c 250 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 60 g Salata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>)	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>)	Barszcz czerwony z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatki 350 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g	Banan 1szt. 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Paszтет z ciecierzycy () 70 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Bułka graham-pszena 50g 1 szt (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>)	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u>) Sok jablkowy 100 % 0,2l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 436,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 91 Tłuszcz [g] 68,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,6 Węglowodany ogółem [g] 374,3 w tym cukry [g] 102,5 Błonnik pokarmowy [g] 34,9 Sól [g] 8,9
KRK- JPil Płynna	Sonda Śn 800 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>)		Sonda Ob- barszcz czerwony z ziemniakami JPil () 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] 2 142,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 135,7 Tłuszcz [g] 89,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,7 Węglowodany ogółem [g] 213,8 w tym cukry [g] 66,9 Błonnik pokarmowy [g] 34,5 Sól [g] 3,6
KRK- JPil Papkowata	Papka Śn 800 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>)		Papka Ob- barszcz czerwony z ziemniakami JPil 800 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>)		Papka Kol 800 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 047,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 127,6 Tłuszcz [g] 84,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,8 Węglowodany ogółem [g] 202,6 w tym cukry [g] 54,9 Błonnik pokarmowy [g] 21,7 Sól [g] 3
KRK- JPil Biegunkowa	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Ryz na sypko 150 g Jabłka prażone b/c 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt	Wafle ryżowe 30 g	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

2023-12-07 czwartek	KRK- JP1I 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 wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 60 g	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki puree () 200 g (<u>MLE.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Marchew gotowana z olejem () 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w ost.niejad 60 g	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 746 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 81,3 Tłuszcz [g] 35,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,7 Węglowodany ogółem [g] 285,6 w tym cukry [g] 17,1 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 Sól [g] 7,4
	KRK- JP1I Dzieńcieca 1-3 lat	Kasza kukurydziana na mleku 150 ml (<u>MLE.</u>) Kakao/p b/c 150 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 25 g Salata zielona 15 g Pomidor b/skórki 20 g	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Barszcz czerwony z ziemniakami () 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos mięsno warzywny (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 50 g Kompot owocowy* b/c 150 ml	Banan 1szt. 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w ost.niejad 25 g Pomidor b/skórki 20 g Salata lodowa 15 g	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Sok jablkowy 100 % 0,2l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 416,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 52,9 Tłuszcz [g] 42,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11 Węglowodany ogółem [g] 212,9 w tym cukry [g] 84,6 Błonnik pokarmowy [g] 14,8 Sól [g] 3,8
	KRK- JP1I Dzieńcieca 4-9 lat	Kasza kukurydziana na mleku 150 ml (<u>MLE.</u>) Kakao/p b/c 180 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 60 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Barszcz czerwony z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos mięsno warzywny (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 180 ml	Banan 1szt. 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w ost.niejad 60 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Sok jablkowy 100 % 0,2l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 842,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 77,4 Tłuszcz [g] 47 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,5 Węglowodany ogółem [g] 286,3 w tym cukry [g] 92,8 Błonnik pokarmowy [g] 21,6 Sól [g] 7,5
	KRK- JP1I Wegetariańska	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE.</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>)		Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Łazanki z kapustą kiszoną i pieczarkami 350 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Brokuł gotowany* 150 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Paszтет z ciecierzycy () 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Sok jablkowy 100 % 0,2l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 385,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,3 Tłuszcz [g] 68,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1 Węglowodany ogółem [g] 361,1 w tym cukry [g] 64,2 Błonnik pokarmowy [g] 35,6 Sól [g] 9,2
2023-12-08 piątek	KRK- JP1I Podstawowa	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Dżem 25 g 2 szt Gruszka 1szt. 150 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>)		Kalafirowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Kotlet z ryby (Dorsz) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Warzywa po grecku () 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>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Papryka świeża 80 g Mix salat 20 g	Sok jablkowy 100 % 0,2l 1 szt Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 334,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 81,2 Tłuszcz [g] 61,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,8 Węglowodany ogółem [g] 379,6 w tym cukry [g] 90,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,1 Sól [g] 6,9

2023-12-08 piątek	KRK- JPII Podstawowa bez surowizny	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Dżem 25 g 2 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>)	Kalaforowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki () 200 g Kotlet z ryby (Dorsz) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</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 jaj 80 g (<u>JAJ, GOR</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL</u>)	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Podpiomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 247,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 80,6 Tłuszcz [g] 55,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,6 Węglowodany ogółem [g] 369,2 w tym cukry [g] 84,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,3 Sól [g] 6,6
	KRK- JPII Łatwo strawna	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 2 szt Dżem 25 g 2 szt Jabłko 1 szt 1 szt	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (<u>RYB</u>) Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</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 2 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Mix салат 20 g Pomidor 80 g	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Podpiomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 330,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 89,3 Tłuszcz [g] 60,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,5 Węglowodany ogółem [g] 371,8 w tym cukry [g] 88,5 Błonnik pokarmowy [g] 25 Sól [g] 5
	KRK- JPII Cukrzykowa 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 Twarożek 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Kalaforowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (<u>RYB</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g	Kanapka z twarogiem i pomidorem (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twarozek 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 969,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,5 Tłuszcz [g] 52 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,5 Węglowodany ogółem [g] 301,4 w tym cukry [g] 55,6 Błonnik pokarmowy [g] 38,8 Sól [g] 6,3
	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 Twarożek 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (<u>RYB</u>) Warzywa po grecku (bez cukru) () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z białek z koperkiem 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Mix салат 20 g Pomidor 80 g	Kanapka z twarogiem i pomidorem (chleb pszenno-żytni 60g, margaryna 5g, twarozek 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT</u>) Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 105,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,5 Tłuszcz [g] 53,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,7 Węglowodany ogółem [g] 327,7 w tym cukry [g] 51,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,6 Sól [g] 7,1
	KRK- JPII Niskotłuszczowa	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>) Bułka pszenna długa krojona 140 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Dżem 25 g 2 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (<u>RYB</u>) Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>)		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>) Mix салат 20 g Pomidor 80 g	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Podpiomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 458,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,9 Tłuszcz [g] 54 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,6 Węglowodany ogółem [g] 406,3 w tym cukry [g] 89 Błonnik pokarmowy [g] 26,1 Sól [g] 5,7

KRK- JPil Kardio logiczna dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 2 szt Dżem 25g 2 szt Jabłko 1 szt 1 szt Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>)		Kalaflorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (<u>RYB,</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Warzywa po grecku () 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>) Papryka świeża 80 g Mix salat 20 g	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 476,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 87,9 Tłuszcz [g] 63,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16 Węglowodany ogółem [g] 404,3 w tym cukry [g] 91,2 Błonnik pokarmowy [g] 33 Sól [g] 7,8
KRK- JPil Dziecięca 10-18 lat	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Kakao/p b/c 250 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Dżem 25g 2 szt Gruszka 1szt. 150 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>)	Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ,</u>)	Kalaflorowa z ryżem () 250 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Kotlet z ryby (Dorsz) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g (<u>JAJ, GOR,</u>) Papryka świeża 80 g Mix salat 20 g	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 357,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 76,7 Tłuszcz [g] 60,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,3 Węglowodany ogółem [g] 390,9 w tym cukry [g] 102,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,6 Sól [g] 6,6
KRK- JPil Płynna	Sonda Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)		Sonda Ob- ryżowa JPil () 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] 2 227,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 136,4 Tłuszcz [g] 89,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,8 Węglowodany ogółem [g] 231,5 w tym cukry [g] 61,6 Błonnik pokarmowy [g] 30,9 Sól [g] 3,5
KRK- JPil Papkowata	Papka Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)		Papka Ob- ryżowa JPil () 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] 2 206,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 131,1 Tłuszcz [g] 85 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,9 Węglowodany ogółem [g] 239,8 w tym cukry [g] 56,6 Błonnik pokarmowy [g] 26,1 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>) Ryz na sypko 150 g Jabłka prażone b/c 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ,</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 374 Białko 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- JP 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 Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (SOJ. GOR.)	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 Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ.)	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 753,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 80,8 Tłuszcz [g] 37,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 6,6 Węglowodany ogółem [g] 283,4 w tym cukry [g] 17,4 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 Sól [g] 7
2023-12-08 piątek	KRK- JP Dziecięca 1-3 lat	Zacierka na mleku 150 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Kakao/p b/c 150 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Dżem 25 g 1 szt Gruszka 1szt. 150 g	Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Kalaflorowa z ryżem () 150 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 100 g Pulpet z ryby (Dorsz) 90 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Warzywa po grecku () 50 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* b/c 150 ml Sos jarzynowy () 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Szpinak gotowany z olejem* 50 g (GLU PSZ.)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 40 g (JAJ, MLE.) Mix салат 15 g Pomidor b/skórki 20 g	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 373,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 49,5 Tłuszcz [g] 33,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,8 Węglowodany ogółem [g] 225,8 w tym cukry [g] 73,8 Błonnik pokarmowy [g] 14,4 Sól [g] 2,7
	KRK- JP Dziecięca 4-9 lat	Zacierka na mleku 150 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Kakao/p b/c 180 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Dżem 25 g 2 szt Gruszka 1szt. 150 g	Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Kalaflorowa z ryżem () 250 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Pulpet z ryby (Dorsz) 90 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* b/c 180 ml Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Mix салат 20 g Pomidor 80 g	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 955,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 67,9 Tłuszcz [g] 43,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,2 Węglowodany ogółem [g] 336,2 w tym cukry [g] 92,1 Błonnik pokarmowy [g] 24,6 Sól [g] 5
	KRK- JP Wegetariańska	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Dżem 25 g 2 szt Gruszka 1szt. 150 g Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.)		Kalaflorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Pierogi ukraińskie z cebulką* 300 g (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ, SEL.)		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 Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g (JAJ, GOR.) Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 360 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 74,8 Tłuszcz [g] 68,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,1 Węglowodany ogółem [g] 375,7 w tym cukry [g] 92,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,9 Sól [g] 5,8
2023-12-09 sobota	KRK- JP Podstawowa	Platki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ.) Pomidor 80 g Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Salata zielona 20 g		Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 200 g Gulasz z żołądków drobiowych* 150 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Surówka z selera z jogurtem () 100 g (MLE, SEL.)	pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)	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 Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drobiowej () 100 g (JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Salata zielona 35 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 069,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 90,4 Tłuszcz [g] 53,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,8 Węglowodany ogółem [g] 323,8 w tym cukry [g] 42 Błonnik pokarmowy [g] 33 Sól [g] 9,2

2023-12-09 sobota	KRK- JPII 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 JĘCZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ, </u>) Ketchup 10 g (<u>SEL, </u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ, </u>)	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>) Kasza jaglana na sypko 200 g Gulasz z żołądków drobiowych* 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Seler z pietruszką gotowany 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>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drobiowej () 100 g (<u>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, </u>) Ketchup 10 g (<u>SEL, </u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 077,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 88,8 Tłuszcz [g] 54,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,8 Węglowodany ogółem [g] 319,9 w tym cukry [g] 40,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,6 Sól [g] 9,6	
	KRK- JPII Łatwa 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 JĘCZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, </u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 2 szt Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ, </u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>) Kasza jaglana na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL, </u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL, </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 2 szt Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drobiowej dieta () 100 g (<u>SOJ, MLE, SEL, GOR, </u>) Salata zielona 35 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 190,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95 Tłuszcz [g] 56,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,1 Węglowodany ogółem [g] 341,1 w tym cukry [g] 45,2 Błonnik pokarmowy [g] 30,5 Sól [g] 7,3	
	KRK- JPII Cukrzykowa 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 Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ, </u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE, </u>)	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>) Kasza jaglana na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL, </u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Surówka z selera z jogurtem () 100 g (<u>MLE, SEL, </u>)	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 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 Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drobiowej dieta () 100 g (<u>SOJ, MLE, SEL, GOR, </u>) Salata zielona 35 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] 2 091,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,2 Tłuszcz [g] 47,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,7 Węglowodany ogółem [g] 341,6 w tym cukry [g] 40,3 Błonnik pokarmowy [g] 39,7 Sól [g] 7,9
	KRK- JPII Cukrzycka 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 Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ, </u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE, </u>)	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>) Kasza jaglana na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL, </u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL, </u>)	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>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 Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drobiowej dieta () 100 g (<u>SOJ, MLE, SEL, GOR, </u>) Salata zielona 35 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] 2 182 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 88,3 Tłuszcz [g] 48,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,7 Węglowodany ogółem [g] 364,1 w tym cukry [g] 38,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,5 Sól [g] 8,9

2023-12-09 sobota

KRK- JPII Niskotłuszczowa	<p>Płatki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)</p> <p>Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 140 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt</p> <p>Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ</u>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p>		<p>Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>)</p> <p>Kasza jaglana na sypko 200 g</p> <p>Potrąwka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>)</p> <p>Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g</p> <p>Kompot owocowy* b/c 250 ml</p> <p>Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>)</p>		<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt</p> <p>Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drobiowej diety () 100 g (<u>SOJ, MLE, SEL, GÖR</u>)</p> <p>Salata zielona 35 g</p>	<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 247,3</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,3</p> <p>Tłuszcz [g] 45,5</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,6</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 375,7</p> <p>w tym cukry [g] 45,9</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 31,6</p> <p>Sól [g] 7,9</p>
KRK- JPII Kardiologiczna dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	<p>Płatki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)</p> <p>Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>)</p> <p>Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 2 szt</p> <p>Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ</u>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Salata zielona 20 g</p>		<p>Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>)</p> <p>Kasza jaglana na sypko 200 g</p> <p>Potrąwka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>)</p> <p>Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g</p> <p>Kompot owocowy* b/c 250 ml</p> <p>Surówka z selera z jogurtem () 100 g (<u>MLE, SEL</u>)</p>		<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>)</p> <p>Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 2 szt</p> <p>Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drobiowej diety () 100 g (<u>SOJ, MLE, SEL, GÖR</u>)</p> <p>Salata zielona 35 g</p>	<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 303,2</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94,4</p> <p>Tłuszcz [g] 55,3</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,5</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 375,5</p> <p>w tym cukry [g] 43,9</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 37,5</p> <p>Sól [g] 9,7</p>
KRK- JPII Dziecięca 10-18 lat	<p>Płatki pszenne na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)</p> <p>Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>)</p> <p>Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt</p> <p>Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ</u>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Salata zielona 20 g</p>	<p>Jabłko 1 szt 1 szt</p>	<p>Ogórkowa z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>)</p> <p>Kasza jaglana na sypko 200 g</p> <p>Potrąwka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>)</p> <p>Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g</p> <p>Kompot owocowy* b/c 250 ml</p> <p>Surówka z selera z jogurtem () 100 g (<u>MLE, SEL</u>)</p>	<p>Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE</u>)</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>)</p> <p>Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt</p> <p>Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drobiowej diety () 100 g (<u>SOJ, MLE, SEL, GÖR</u>)</p> <p>Salata zielona 35 g</p>	<p>Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 077,3</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 88,3</p> <p>Tłuszcz [g] 42,1</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,5</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 351,8</p> <p>w tym cukry [g] 84</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 34,6</p> <p>Sól [g] 8</p>
KRK- JPII Płynna	<p>Sonda Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)</p>		<p>Sonda Obziemiaczana JPII () 800 ml (<u>SEL</u>)</p>		<p>Sonda Kol () 800 ml (<u>JAJ, SEL</u>)</p>	<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 073,2</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 132,7</p> <p>Tłuszcz [g] 89,9</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,7</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 199,3</p> <p>w tym cukry [g] 62,3</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 30</p> <p>Sól [g] 4,3</p>

2023-12-09 sobota

KRK- JPil Papkowata	Papka Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)		Papka Obziemiaczana JPil () 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- JPil Biegunkowa	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 150 g Jabłka prażone b/c 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 374 Białko 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- 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 Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ</u>)	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udzca 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 Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osi.niejad 60 g	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 735,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 79,8 Tłuszcz [g] 35,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,2 Węglowodany ogółem [g] 285,5 w tym cukry [g] 17,4 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 Sól [g] 7,7
KRK- JPil 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 JĘCZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ</u>) Pomidor b/skórki 20 g Salata zielona 15 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Ziemniaczana () 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza jaglana na sypko 100 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 50 g Kompot owocowy* b/c 150 ml Seler z pietruszką gotowany z olejem () 50 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>)	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drobiowej dieta () 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, GÖR</u>) Salata zielona 15 g	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 275,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 55,1 Tłuszcz [g] 32,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9 Węglowodany ogółem [g] 198,1 w tym cukry [g] 67,7 Błonnik pokarmowy [g] 18,4 Sól [g] 3,4
KRK- JPil Dziecięca 4-9 lat	Płatki 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>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Ziemniaczana () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza jaglana na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 180 ml Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>)	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drobiowej dieta () 100 g (<u>SOJ, MLE, SEL, GÖR</u>) Salata zielona 35 g	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 882,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 79,5 Tłuszcz [g] 41,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,2 Węglowodany ogółem [g] 312,3 w tym cukry [g] 78,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,3 Sól [g] 6,4

2023-12-09 sobota	KRK- JPII Wegetariańska	Płatki 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 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Pomidor 80 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Salata zielona 20 g	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Kasza jaglana na sypko 200 g Gulasz sojowy z warzywami* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, _</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Surówka z selera z jogurtem () 100 g (<u>MLE, SEL, _</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 Salatka z ryżu i brokułów- dieta 100 g (<u>MLE, SEL, _</u>) Salata zielona 35 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 002,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 81,7 Tłuszcz [g] 41,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,6 Węglowodany ogółem [g] 340,7 w tym cukry [g] 43,8 Błonnik pokarmowy [g] 44 Sól [g] 7,4
	KRK- JPII Podstawowa	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, _</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Ser żółty 60 g (<u>MLE, _</u>) Pomidor 80 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Salata zielona 20 g	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Kotlet schabowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>) Kapusta zasmażana () 100 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych (brokuł, marchew, fasola)* 100 g		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 Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, MLE, _</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 163,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94,5 Tłuszcz [g] 67,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,5 Węglowodany ogółem [g] 306,9 w tym cukry [g] 38,4 Błonnik pokarmowy [g] 25,2 Sól [g] 7,8
	KRK- JPII Podstawowa bez surowizny	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, _</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Ser żółty 60 g (<u>MLE, _</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL, _</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ, _</u>)	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Ziemniaki () 200 g Kotlet schabowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>) Bukiet warzyw gotowanych (march, kalafior, brokuł)* 200 g 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>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, MLE, _</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL, _</u>)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 071,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,1 Tłuszcz [g] 60,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,4 Węglowodany ogółem [g] 296,8 w tym cukry [g] 33,8 Błonnik pokarmowy [g] 26,2 Sól [g] 8,4
	2023-12-10 niedziela	KRK- JPII Łatwa strawna	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, _</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 2 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE, _</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Schab gotowany 60 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>) Bukiet warzyw gotowanych (march, kalafior, brokuł)* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml		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 2 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>SOJ, GOR, _</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
KRK- JPII Cukrzykowa 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>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 150 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Schab gotowany 60 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych (brokuł, marchew, fasola)* 100 g	Kanapka z jajkiem i salata (chleb razowy 60g, margaryna 5g, jajko 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, 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 Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>SOJ, GOR, _</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, _</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 968,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,6 Tłuszcz [g] 47,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,5 Węglowodany ogółem [g] 303,2 w tym cukry [g] 33,6 Błonnik pokarmowy [g] 33,9 Sól [g] 7,6

2023-12-10 niedziela	KRK- JP11 Cukrzyca niskotł. z ogr. latw. wegl. 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 Salata zielona 20 g	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 150 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Schab gotowany 60 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych (march, kalafior, brokuł)* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Kanapka z twarogiem i salata (chleb pszenno-żytni 60g, margaryna 5g, twarożek 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</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 tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 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] 1 969,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92,3 Tłuszcz [g] 42 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,1 Węglowodany ogółem [g] 318,7 w tym cukry [g] 31,3 Błonnik pokarmowy [g] 28,4 Sól [g] 8,7
	KRK- JP11 Nisko-tłuszczowa	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 140 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g		Pomidorowa z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Schab gotowany 60 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych (march, kalafior, brokuł)* 200 g 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 tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 042,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,3 Tłuszcz [g] 39,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,1 Węglowodany ogółem [g] 329 w tym cukry [g] 39,9 Błonnik pokarmowy [g] 24,8 Sól [g] 6,1
	KRK- JP11 Kardiologiczna dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 2 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Salata zielona 20 g		Pomidorowa z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Schab gotowany 60 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych (brokuł, marchew, fasola)* 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 tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 157,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,3 Tłuszcz [g] 53,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,3 Węglowodany ogółem [g] 332,1 w tym cukry [g] 40,7 Błonnik pokarmowy [g] 26,6 Sól [g] 7,7
	KRK- JP11 Dziecięca 10-18 lat	Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kakao/p b/c 250 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Salata zielona 20 g	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Pomidorowa z makaronem () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Kotlet schabowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych (brokuł, marchew, fasola)* 100 g	Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</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 Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 053,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 88 Tłuszcz [g] 52,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,1 Węglowodany ogółem [g] 315,4 w tym cukry [g] 43,8 Błonnik pokarmowy [g] 24,3 Sól [g] 6,5
	KRK- JP11 Płynna	Sonda Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)		Sonda Ob- pomidorowa z makaronem JP11 () 800 ml (<u>GLU PSZ, 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] 2 264,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 142,6 Tłuszcz [g] 91 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36 Węglowodany ogółem [g] 232,3 w tym cukry [g] 63,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,3 Sól [g] 3,5

2023-12-10 niedziela

KRK- JPIII Papkowata	Papka Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>)		Papka Ob- pomidorowa z makaronem JPIII () 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>)		Papka Kol () 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 229 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 134,8 Tłuszcz [g] 85,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37 Węglowodany ogółem [g] 240,2 w tym cukry [g] 57,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,3 Sól [g] 3,2
KRK- JPIII Biegunkowa	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, SEL, GOR</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL, GOR</u>) Ryż na sypko 150 g Jabłka prażone b/c 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, GOR</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, SEL, GOR</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1374 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- JPIII Pobiegunkowa	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, SEL, GOR</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 60 g (<u>SOJ, GOR</u>)	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL, GOR</u>) Mięso drobiowe gotowane z udzca kurczaka 90 g Ziemniaki puree () 200 g (<u>MLE, GOR</u>) Marchew gotowana z olejem () 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, GOR</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, SEL, GOR</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>SOJ, GOR</u>)	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1750,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 77 Tłuszcz [g] 36,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,1 Węglowodany ogółem [g] 286,1 w tym cukry [g] 17,1 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 Sól [g] 6,9
KRK- JPIII Dziecięca 1-3 lat	Kasza manna na mleku 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR</u>) Kakao/p b/c 150 ml (<u>MLE, GOR</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, SEL, GOR</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Serek homo. naturalny 40 g (<u>MLE, GOR</u>) Pomidor b/skórki 20 g Salata zielona 15 g	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE, GOR</u>)	Pomidorowa z makaronem () 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR</u>) Ziemniaki z koperkiem () 100 g Klopsik wieprzowy 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>) Sos własny () 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR</u>) Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafor, brokuł)* 50 g Kompot owocowy* b/c 150 ml	Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, GOR</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, SEL, GOR</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>SOJ, GOR</u>) Salata zielona 15 g Pomidor b/skórki 20 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1136,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 49,2 Tłuszcz [g] 35,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 8,8 Węglowodany ogółem [g] 157,9 w tym cukry [g] 22 Błonnik pokarmowy [g] 11,1 Sól [g] 2,9
KRK- JPIII Dziecięca 4-9 lat	Kasza manna na mleku 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR</u>) Kakao/p b/c 180 ml (<u>MLE, GOR</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, SEL, GOR</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE, GOR</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE, GOR</u>)	Pomidorowa z makaronem () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Klopsik wieprzowy 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR</u>) Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafor, brokuł)* 100 g Kompot owocowy* b/c 180 ml	Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, GOR</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, SEL, GOR</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>SOJ, GOR</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1667,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 73,5 Tłuszcz [g] 42,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,1 Węglowodany ogółem [g] 254,4 w tym cukry [g] 30,5 Błonnik pokarmowy [g] 20,3 Sól [g] 5,3

2023-12-10 niedziela	KRK- JPI Wegetariańska	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Ser żółty 60 g (MLE) Pomidor 80 g Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Salata zielona 20 g	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Falafele klopsiki z ciecierzycy 100 g (GLU PSZ, SEL) Kapusta zasmażana () 100 g (GLU PSZ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych (brokuł, marchew, fasola)* 100 g	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 Twarożek ze słonecznikiem 80 g (MLE) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 220,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,7 Tłuszcz [g] 68,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,2 Węglowodany ogółem [g] 320,3 w tym cukry [g] 41,2 Błonnik pokarmowy [g] 24,5 Sól [g] 6,5
----------------------	-------------------------	--	---	--	---	--

<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,

S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,

ŁUB - Łubin i produkty pochodne,

MCK - Mięczaki i pochodne,

MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,

GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,

GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,

GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,